

| 学生套餐B套 | | | | | | | | |
|-----------------|---------|--------|------|-----------|------------|-----------|-----------|----------|
| 2026/5/18--5/22 | | | | | | | | |
| 日期 | 菜单 | 原料 | 重量/克 | 能量 (千) | 蛋白质 (克) | 脂肪 (克) | 碳水化 合物 | 膳食纤 维 |
| 周一 | 土豆烩牛腩 | 土豆 | 30 | 1130 | 54 | 65 | 77 | 6 |
| | | 牛腩 | 120 | | | | | |
| | 红烧鸭块 | 鸭块 | 100 | | | | | |
| | | 青椒 | 40 | | | | | |
| | 花菜肉片 | 花菜 | 100 | | | | | |
| | | 去皮五花肉片 | 40 | | | | | |
| | | 胡萝卜 | 20 | | | | | |
| | 清炒油麦菜 | 油麦菜 | 120 | | | | | |
| 番茄蛋汤 | 番茄 | 20 | | | | | | |
| | 鸡蛋 | 20 | | | | | | |
| 米饭 | 米饭 | 180 | | | | | | |
| 周二 | 番茄滑肉盖码饭 | 鸡肉片 | 60 | 1370 | 70 | 74 | 102 | 7 |
| | | 番茄 | 40 | | | | | |
| | | 豆皮 | 20 | | | | | |
| | | 大米 | 140 | | | | | |
| | 椒盐脆皮鸡柳 | 鸡柳 | 150 | | | | | |
| | 酱香卤蛋 | 鸡蛋 | 100 | | | | | |
| | 青椒土豆丝 | 青椒 | 120 | | | | | |
| | | 土豆 | 10 | | | | | |
| 紫菜虾皮汤 | 紫菜 | 20 | | | | | | |
| | 虾皮 | 20 | | | | | | |
| 周三 | 金汤鱼片 | 鱼片 | 140 | 1280 | 66 | 69 | 96 | 7 |
| | | 莴笋肉 | 20 | | | | | |
| | | 木耳 | 20 | | | | | |
| | 土豆红烧肉 | 五花肉 | 120 | | | | | |
| | | 土豆 | 20 | | | | | |
| | 肉糜豆腐 | 肉糜 | 40 | | | | | |
| | | 中豆腐 | 80 | | | | | |
| | 香菇青菜 | 青菜 | 120 | | | | | |
| 香菇 | | 10 | | | | | | |
| 海带肉丝汤 | 黄海带 | 20 | | | | | | |
| | 肉丝 | 40 | | | | | | |
| 米饭 | 大米 | 180 | | | | | | |
| 周四 | 黑椒牛肉堡 | 黑椒牛肉饼 | 100 | 1210 | 57 | 50 | 122 | 11 |
| | | 汉堡胚 | 50 | | | | | |
| | 香酥鸡腿 | 鸡腿 | 100 | | | | | |
| | 清蒸玉米 | 玉米 | 120 | | | | | |
| | 土豆西兰花 | 西兰花 | 80 | | | | | |
| | | 土豆片 | 40 | | | | | |
| 红薯园子汤 | 红薯块 | 20 | | | | | | |
| | 圆子 | 20 | | | | | | |
| 周五 | 香酥大排 | 大排 | 140 | 1040 | 51 | 48 | 106 | 7 |
| | 扬州炒饭 | 方腿 | 40 | | | | | |
| | | 鸡蛋 | 40 | | | | | |
| | | 玉米粒 | 20 | | | | | |
| | | 青豆 | 10 | | | | | |
| | | 米饭 | 140 | | | | | |
| | 西葫芦肉片 | 西葫芦 | 70 | | | | | |
| | | 肉片 | 20 | | | | | |
| | | 青椒 | 20 | | | | | |
| | 木耳炒山药 | 木耳 | 120 | | | | | |
| 山药 | | 10 | | | | | | |
| 银耳雪梨汤 | 梨 | 20 | | | | | | |
| | 银耳 | 20 | | | | | | |