山亭实验三小——用餐食谱（配量）

供餐方签约人：林高升 餐标：8元/人 克/人

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 餐 别 | 星期一 | 星期二  | 星期三 | 星期四  | 星期五 |
| 中餐 | 大白菜红烧肉黄瓜木耳鸡蛋银芽炒腐竹馒 头八宝粥 | 土豆炖肉香酥鸡柳蒜香窝瓜馒 头小米粥 | 清汤肉丸红烧茄子素炒土豆片馒 头大米粥 | 冬瓜炖肉培根卷心菜西红柿鸡蛋米 饭玉米粥 | 木须肉大葱炒豆腐 清炒山药馒 头麦仁粥 |
| 配量 | 大白菜100 木耳60红烧肉120 鸡蛋80黄瓜80 绿豆芽30 腐竹60 芹菜30 馒头90 | 土豆 100 肉 120鸡柳120 窝瓜120馒 头 90 | 肉丸100 青菜 120茄子 120 土豆 120馒头 90 | 冬瓜 100 肉 120卷心菜100 培根 50西红柿 80 鸡蛋 90米饭 90 | 竹笋60 黄瓜60木耳30 肉 100鸡蛋60 豆腐120山药 120 馒头90 |
| 备 注 | 1.食谱每周调一次 2.随时令变化变换青菜 3.肉量包括食用油量 |

枣庄市速家餐饮服务有限公司