

### 上海市民办中芯学校1-2年级菜单

	周一Monday 2025.6.16	周二Tuesday 2025.6.17	周三Wednesday 2025.6.18	周四Thursday 2025.6.19	周五Friday 2025.6.20
上午点心	牛角包	甜甜圈	蔓越莓米糕	清水蛋糕	红豆饼
午餐套餐	酱爆肉片	奥尔良鸡腿汉堡	滑蛋虾仁	肉酱意大利螺旋面	蜜汁小肉圆
	茄汁吮指鱼块	火山烤肠	鹌鹑蛋烧肉	上校鸡块	菠萝古老肉
	清炒青菜	西葫芦炒肉丝	咖喱土豆	青椒土豆肉片	三色绿豆芽
	米饭	三丝牛心菜	米饭	蒸胡萝卜	米饭
		薯格		藕盒	
汤	番茄蛋汤	豆腐羹	三丝肉丝汤	罗宋汤	紫菜蛋汤
下午点心	白糖蜂糕	小烧麦	抹茶蛋糕	黑米糕	红糖发糕

### 上海市民办中芯学校3-5年级菜单

	周一Monday 2025.6.16	周二Tuesday 2025.6.17	周三Wednesday 2025.6.18	周四Thursday 2025.6.19	周五Friday 2025.6.20
上午点心	牛角包	甜甜圈	蔓越莓米糕	清水蛋糕	红豆饼
中餐套餐	蚝油牛肉片	粉蒸大肉	香酥鸭腿	番茄土豆烩牛腩	百叶结烧肉
	西葫芦胡萝卜炒肉丝	番茄炒蛋	鱼香茄子	蚝油双菇肉片	芹菜肉末粉丝
	红烧肉末豆腐	冬瓜炒红肠	芹菜香干肉丝	玉米粒炒肉末	双椒炒肉片
	清炒青菜	三丝牛心菜	咖喱土豆	葱油萝卜丝	三色绿豆芽
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
西餐套餐	肉酱意大利螺旋面	台式卤肉饭套餐	奥尔良鸡腿汉堡	泰式咖喱鸡排饭套餐	鲜菌菇肉丝烩乌冬面
	吮指鱼块		西餐烤鳕鱼排		香酥鸡肉块
	西葫芦胡萝卜炒肉丝		西芹炒肉片		双椒炒肉片
	手撕包菜		三色绿豆芽		胡萝卜块
	薯格		烤土豆		薯条
面条	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐
特色餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐
	京酱肉丝盖浇饭	京酱肉丝盖浇饭	京酱肉丝盖浇饭	京酱肉丝盖浇饭	京酱肉丝盖浇饭
汤	番茄蛋汤	豆腐羹	三丝肉丝汤	罗宋汤	紫菜蛋汤
下午点心	白糖蜂糕	小烧麦	抹茶蛋糕	黑米糕	红糖发糕

上海市民办中芯学校6-12年级菜单

	周一Monday 2025.6.16	周二Tuesday 2025.6.17	周三Wednesday 2025.6.18	周四Thursday 2025.6.19	周五Friday 2025.6.20
中餐套餐1	酱爆肉片	粉蒸大肉	滑蛋虾仁	上校鸡块	菠萝古老肉
	红烧肉末豆腐	西葫芦炒肉丝	芹菜肉末粉丝	上海炒酱	青椒土豆肉片
	清炒青菜	三丝牛心菜	咖喱土豆	葱油萝卜丝	三色绿豆芽
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
中餐套餐2	蚝油牛肉片	粉蒸大肉	香酥鸭腿	番茄土豆烩牛腩	百叶结烧肉
	西葫芦胡萝卜炒肉丝	番茄炒蛋	鱼香茄子	蚝油双菇肉片	芹菜肉末粉丝
	红烧肉末豆腐	冬瓜炒红肠	芹菜香干肉丝	玉米粒炒肉末	双椒炒肉片
	清炒青菜	三丝牛心菜	咖喱土豆	葱油萝卜丝	三色绿豆芽
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
西餐套餐	肉酱意大利螺旋面	台式卤肉饭套餐	奥尔良鸡腿汉堡	泰式咖喱鸡排饭套餐	鲜菌菇肉丝烩乌冬面
	吮指鱼块		西餐烤鳕鱼排		香酥鸡肉块
	西葫芦胡萝卜炒肉丝		西芹炒肉片		双椒炒肉片
	手撕包菜		三色绿豆芽		胡萝卜块
	薯格		烤土豆		薯条
面条	辣肉面	红烧肉圆面	鱼香肉丝面	菌菇卤肉面	红烧大肉面
	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐	葱油拌面大排套餐
特色餐	至尊披萨套餐	酸辣粉套餐	酸辣粉套餐	酸辣粉套餐	酸辣粉套餐
	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐	至尊披萨套餐
	牛肉粉丝汤	牛肉粉丝汤	牛肉粉丝汤	牛肉粉丝汤	牛肉粉丝汤
汤	京酱肉丝丝盖浇饭	京酱肉丝丝盖浇饭	京酱肉丝丝盖浇饭	京酱肉丝丝盖浇饭	京酱肉丝丝盖浇饭
水果	番茄蛋汤	豆腐羹	三丝肉丝汤	罗宋汤	紫菜蛋汤