

9月15日-9月19日1-2年级菜单

G1 to G2 menu of Sep15th-Sep19th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
上午点  Morning snack	甜甜圈 Doughnut	桂花糕 Osmanthus cake	牛角包 Croissant	小烧麦 Shumai	小餐包 Round bread
 套餐 Set menu	虾仁滑蛋 Fried shrimp and egg	泰式咖喱鸡排饭 Curry rice with fried chicken chop	糖醋溜肉段 Sweet and sour pork	肉酱意大利两头尖 Spaghetti with meat sauce	咖喱牛腩 Curried beef
	百叶结烧肉 Braised pork with dried tofu		糯米蒸肉圆 Steamed meatballs with rice	烤鸭腿 Roasted duck leg	肉末蒸蛋 Steamed eggs with meat
	香菇青菜 Green vegetables with mushroom		葱油萝卜丝 Fried shredded turnip	青椒土豆肉片 Fried green pepper and potato with meat	白菜炒素 Cabbage with gluten and carrot
	米饭 Rice		米饭 Rice	西兰花 Broccoli	米饭 Rice
				锅巴土豆 Baked potato	
汤  Soup	豆腐蛋花汤 Tofu and egg soup	冬瓜蛋汤 White gourd and egg soup	番茄蛋汤 Tomatoes and eggs soup	菌菇肉丝汤 Mushroom and meat soup	罗宋汤 Borsch
下午点心  Afternoon snack	红糖发糕 Brown sugar cake	小麻球 Glutinous rice sesame balls	黑米糕 Black rice cake	红豆饼 Red bean cake	清水蛋糕 Original Cake

9月15日-9月19日3-5年级菜单

G3to G5 menu of Sep15th-Sep19th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
上午点 Morning snack 	甜甜圈 Doughnut	桂花糕 Osmanthus cake	牛角包 Croissant	小烧麦 Shumai	小餐包 Round bread
中餐套餐 Chinese Food Set menu 	红烧大肉	咖喱土豆鸡块	番茄土豆炖牛腩	彩椒虾仁	红烧狮子头
	Braised pork	Curried chicken with potato	Braised beef with potato and tomato	Stir-fried Shrimp with assorted vegetables	Stewed pork ball in brown sauce
	芹菜肉末粉丝	蚝油双菇肉片	麻婆豆腐	鱼香茄子	西芹腐竹炒肉丝
	Fried pork with bean vermicelli and celery	Fried pork with two kinds of mushroom	stewed beancurd with minced pork	Yu-Shiang Eggplant	Fried stem lettuce with dried bean and pork
	莴笋胡萝卜炒肉片	番茄炒蛋	青椒甜椒肉丝	干锅有机花菜	上海炒酱
	Fried stem lettuce with carrot	Fried eggs with tomatoes	Fried sweet pepper with pork	Cauliflower with pork	Fried dry tofu and wild rice shoots with pork
	香菇青菜	青椒土豆丝	葱油黄瓜	三色绿豆芽	白菜炒素
	Green vegetables with mushroom	Fried green pepper and potato	Cucumber	Fried green bean sprout and green pepper	Cabbage with gluten and carrot
	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice
面条 Noodles 	红烧大排面	麻辣肉丝面	菌菇牛肉面	红烧肉圆面	本帮酱鸭面
	Pork Chop with soy sauce noodles	Spicy shredded pork noodles	Beef with mushroom noodles	Stewed pork ball in brown sauce noodles	Braised duck in sauce noodles
特色餐 Weekly Special 	炒刀削面	炒刀削面	炒刀削面	炒刀削面	炒刀削面
	Fried noodles with tomatoes and shredded meat	Fried noodles with tomatoes and shredded meat	Fried noodles with tomatoes and shredded meat	Fried noodles with tomatoes and shredded meat	Fried noodles with tomatoes and shredded meat

9月15日-9月19日3-5年级菜单

G3to G5 menu of Sep15th-Sep19th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
西餐套餐 western food Set menu 	肉酱意大利两头尖	泰式咖喱鸡排饭 Curry rice with fried chicken chop	鸡肉汉堡	肉酱意大利面	台式卤肉饭 Braised pork rice
	Spaghetti with meat sauce		Chicken burger	Spaghetti with meat sauce	
	烤鸭腿		椒盐排条	椒盐排条	
	Roasted duck leg		Salt and pepper ribs	Salt and pepper ribs	
	金玉满堂		双椒炒肉片	蚝油双菇肉片	
	Corn niblets with chicken		Fried meat with color pepper	Fried pork with two kinds of mushroom	
	香菇青菜		手撕包菜	三色绿豆芽	
	Green vegetables with mushroom		Cabbage	Fried green bean sprout and green pepper	
	烤土豆		薯条	狼牙土豆	
	Baked potato		Fried chips	Baked potato	
汤 Soup 	豆腐蛋花汤	冬瓜蛋汤	番茄蛋汤	菌菇肉丝汤	罗宋汤
	Tofu and egg soup	White gourd and egg soup	Tomatoes and eggs soup	Mushroom and meat soup	Borsch
下午点心 Afternoon snack 	红糖发糕	小麻球	黑米糕	红豆饼	清水蛋糕
	Brown sugar cake	Glutinous rice sesame balls	Black rice cake	Red bean cake	Original Cake

9月15日-9月19日6-12年级菜单
G6to G12 menu of Sep15th-Sep19th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
1. 中餐1 1 Chinese Food Set menu 1	虾仁滑蛋	京酱肉丝	糯米蒸肉圆	烤鸭腿	肉末蒸蛋
	Fried shrimp and egg	Pork with Bean Sauce	Steamed meatballs with rice	Roasted duck leg	Steamed eggs with meat
	莴笋胡萝卜炒肉片	蚝油双菇肉片	青椒甜椒肉丝	干锅有机花菜	上海炒酱
	Fried stem lettuce with carrot	Fried pork with two kinds of mushroom	Fried sweet pepper with pork	Cauliflower with pork	Fried dry tofu and wild rice shoots with pork
	香菇青菜	青椒土豆丝	葱油萝卜丝	三色绿豆芽	白菜炒素
	Green vegetables with mushroom	Fried green pepper and potato	Fried shredded turnip	Fried green bean sprout and green pepper	Cabbage with gluten and carrot
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
	Rice	Rice	Rice	Rice	Rice
2. 中餐2 Chinese Food Set menu 2	红烧牛肉	咖喱土豆鸡块	番茄土豆炖牛腩	彩椒虾仁	红烧狮子头
	Braised pork	Curried chicken with potato	Braised beef with potato and tomato	Stir-fried Shrimp with assorted vegetables	Stewed pork ball in brown sauce
	芹菜肉末粉丝	蚝油双菇肉片	麻婆豆腐	鱼香茄子	西芹腐竹炒肉丝
	Fried pork with bean vermicelli and celery	Fried pork with two kinds of mushroom	stewed beancurd with minced pork	Yu-Shiang Eggplant	Fried stem lettuce with dried bean and pork
	莴笋胡萝卜炒肉片	番茄炒蛋	青椒甜椒肉丝	干锅有机花菜	上海炒酱
	Fried stem lettuce with carrot	Fried eggs with tomatoes	Fried sweet pepper with pork	Cauliflower with pork	Fried dry tofu and wild rice shoots with pork
	香菇青菜	青椒土豆丝	葱油黄瓜	三色绿豆芽	白菜炒素
	Green vegetables with mushroom	Fried green pepper and potato	Cucumber	Fried green bean sprout and green pepper	Cabbage with gluten and carrot
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
	Rice	Rice	Rice	Rice	Rice

9月15日-9月19日6-12年级菜单

G6to G12 menu of Sep15th-Sep19th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
3.西餐套餐 Western Food Set menu	肉酱意大利两头尖	泰式咖喱鸡排饭 Curry rice with fried chicken chop	鸡肉汉堡	肉酱意大利面	台式卤肉饭 Braised pork rice
	Spaghetti with meat sauce		Chicken burger	Spaghetti with meat sauce	
	烤鸭腿		椒盐排条	椒盐排条	
	Roasted duck leg		Salt and pepper ribs	Salt and pepper ribs	
	金玉满堂		双椒炒肉片	蚝油双菇肉片	
	Corn niblets with chicken		Fried meat with color pepper	Fried pork with two kinds of mushroom	
	香菇青菜		手撕包菜	三色绿豆芽	
	Green vegetables with mushroom		Cabbage	Fried green bean sprout and green pepper	
	烤土豆		薯条	狼牙土豆	
	Baked potato		Fried chips	Baked potato	
4.面条1 Noodles1	红烧大排面	麻辣肉丝面	菌菇牛肉面	红烧肉圆面	本帮酱鸭面
	Pork Chop with soy sauce noodles	Spicy shredded pork noodles	Beef with mushroom noodles	Stewed pork ball in brown sauce noodles	Braised duck in sauce noodles
5.面条2 Noodle2	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
	Scallion Oil Noodles with Pork Chop	Scallion Oil Noodles with Pork Chop	Scallion Oil Noodles with Pork Chop	Scallion Oil Noodles with Pork Chop	Scallion Oil Noodles with Pork Chop
6.抄手 Dumplings	红油抄手	红油抄手	红油抄手	红油抄手	红油抄手
	Dumplings in Spicy Sauce	Dumplings in Spicy Sauce	Dumplings in Spicy Sauce	Dumplings in Spicy Sauce	Dumplings in Spicy Sauce

9月15日-9月19日6-12年级菜单

G6to G12 menu of Sep15th-Sep19th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
7.特色餐2 Weekly Special2	鸡肉汉堡 Chicken burger	鸡肉汉堡 Chicken burger	鸡肉汉堡 Chicken burger	鸡肉汉堡 Chicken burger	鸡肉汉堡 Chicken burger
8.特色餐3 Weekly Special3	干锅千页豆腐 Dried bean curd pot	干锅千页豆腐 Dried bean curd pot	干锅千页豆腐 Dried bean curd pot	干锅千页豆腐 Dried bean curd pot	干锅千页豆腐 Dried bean curd pot
9.特色餐4 Weekly Special4	京酱肉丝盖浇饭 Sweet Bean Sauce Pork over Rice	京酱肉丝盖浇饭 Sweet Bean Sauce Pork over Rice	京酱肉丝盖浇饭 Sweet Bean Sauce Pork over Rice	京酱肉丝盖浇饭 Sweet Bean Sauce Pork over Rice	京酱肉丝盖浇饭 Sweet Bean Sauce Pork over Rice
Soup	豆腐蛋花汤 Tofu and egg soup	冬瓜蛋汤 White gourd and egg soup	番茄蛋汤 Tomatoes and eggs soup	菌菇肉丝汤 Mushroom and meat soup	罗宋汤 Borsch
Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit



本周菜单带量（单位：克）



学生群体：全体学生

午餐(多套餐)A套餐

小学生点心 甜甜圈:50
奥尔良烤鸡腿 鸡腿:100
五彩虾仁 虾仁:100
手撕包菜 包菜:120
米饭 米饭:150
例汤 豆腐蛋花汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)B套餐

中餐套餐一 虾仁滑蛋:100莴笋胡萝卜炒肉片:120香菇青菜:120米饭:180豆腐蛋花汤:150香蕉:80
中餐套餐二 小学生点心:50红烧肉:100小芹菜肉末粉丝:120莴笋胡萝卜炒肉片:120香菇青菜:120米饭:180豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)C套餐

西餐套餐一 小学生点心:50肉酱意大利两头尖:180西餐烤鸭腿:100金玉满堂:120香菇青菜:120烤土豆:50豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)D套餐

红油抄手 芹菜:75猪肉:250馄饨皮:150中学生点心:50豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)E套餐

至尊汉堡套餐 青椒:50红椒:50杏鲍菇:50鸡排:120芝士片:50蛋黄酱:50汉堡面包:60豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)F套餐

红烧大排面套餐 小学生点心:50红烧大排:100鸡蛋:80莴笋炒肉片:100蔬菜:100面条:180豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)G套餐

番茄肉丝炒刀削面套餐 小学生点心:50肉丝:100番茄:50彩椒:80宽面:150豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)H套餐

葱油拌面大排套餐 红烧大排:350龙须面:150鸡毛菜:100中学生点心:50豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)I套餐

干锅千页豆腐套餐 干页豆腐:100青红线椒:60洋葱:50猪肉:100米饭:180中学生点心:50豆腐蛋花汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)J套餐

京酱肉丝盖浇饭套餐 笋丝:50猪肉:250京葱:20米饭:180中学生点心:50豆腐蛋花汤:150香蕉:80



学生群体：全体学生

午餐(多套餐)A套餐

小学生点心 桂花糕:50
泰式咖喱鸡排饭 咖喱:60牛奶:60杂豆:30饭:150鸡排:80胡萝卜:30西兰花:30米饭:150
例汤 冬瓜蛋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)B套餐

中餐套餐一 京酱肉丝:100蚝油双菇肉片:120青椒土豆丝:120米饭:180冬瓜蛋汤:150香蕉:80
中餐套餐二 小学生点心:50咖喱土豆鸡块:100蚝油双菇肉片:120番茄炒蛋:120青椒土豆丝:120米饭:180冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)C套餐

泰式咖喱鸡排饭 小学生点心:50咖喱:60牛奶:60杂豆:30饭:180鸡排:80胡萝卜:30西兰花:30冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)D套餐

红油抄手 芹菜:75猪肉:250馄饨皮:150中学生点心:50冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)E套餐

至尊汉堡套餐 青椒:50红椒:50杏鲍菇:50鸡排:120芝士片:50蛋黄酱:50汉堡面包:60冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)F套餐

麻辣肉丝面 小学生点心:50麻辣肉丝:100鸡蛋:80有机花菜炒肉片:100蔬菜:100面条:180冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)G套餐

番茄肉丝炒刀削面套餐 小学生点心:50肉丝:100番茄:50彩椒:80宽面:150冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)H套餐

葱油拌面大排套餐 红烧大排:350龙须面:150鸡毛菜:100中学生点心:50冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)I套餐

干锅千页豆腐套餐 干页豆腐:100青红线椒:60洋葱:50猪肉:100米饭:180中学生点心:50冬瓜蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)J套餐

京酱肉丝盖浇饭套餐 笋丝:50猪肉:250京葱:20米饭:180中学生点心:50冬瓜蛋汤:150香蕉:80



学生群体：全体学生

午餐(多套餐)A套餐

小学生点心 牛角包:50
糖醋溜溜段 猪肉:100
糯米蒸肉圆 猪肉:100
葱油萝卜丝 萝卜:120
米饭 米饭:150
例汤 番茄蛋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)B套餐

中餐套餐一 糯米蒸肉圆:100青椒甜椒肉丝:120葱油萝卜丝:120米饭:180番茄蛋汤:150香蕉:80
中餐套餐二 小学生点心:50番茄土豆炖牛腩:100麻婆豆腐:120青椒甜椒肉丝:120葱油黄瓜:120米饭:180番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)C套餐

汉堡套餐 小学生点心:50鸡肉汉堡:150椒盐排条:80双椒炒肉片:120手撕包菜:120薯条:50番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)D套餐

红油抄手 芹菜:75猪肉:250馄饨皮:150中学生点心:50番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)E套餐

至尊汉堡套餐 青椒:50红椒:50杏鲍菇:50鸡排:120芝士片:50蛋黄酱:50汉堡面包:60番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)F套餐

菌菇牛肉面 小学生点心:50菌菇牛肉:100鸡蛋:80青椒炒肉丝:100蔬菜:100面条:180番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)G套餐

番茄肉丝炒刀削面套餐 小学生点心:50肉丝:100番茄:50彩椒:80宽面:150番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)H套餐

葱油拌面大排套餐 红烧大排:350龙须面:150鸡毛菜:100中学生点心:50番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)I套餐

干锅千页豆腐套餐 干页豆腐:100青红线椒:60洋葱:50猪肉:100米饭:180中学生点心:50番茄蛋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)J套餐

京酱肉丝盖浇饭套餐 笋丝:50猪肉:250京葱:20米饭:180中学生点心:50番茄蛋汤:150香蕉:80



学生群体：全体学生

午餐(多套餐)A套餐

小学生点心 小学点心:50
西餐肉酱意面 意面:猪肉:150
西餐烤鸭腿 鸭腿:100
青椒土豆肉片 青椒、土豆:120
西兰花 西兰花:120
锅巴土豆 锅巴土豆:50
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)B套餐

中餐套餐一 烤鸭腿:100干锅有机花菜:120三色绿豆芽:120米饭:180菌菇肉丝汤:150香蕉:80
中餐套餐二 小学生点心:50彩椒炒虾仁:100鱼香茄子:120干锅有机花菜:120三色绿豆芽:120米饭:180菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)C套餐

意面套餐 小学生点心:50肉酱意大利面:180椒盐排条:100蚝油双菇肉片:120三色绿豆芽:120狼牙土豆:50菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)D套餐

红油抄手 芹菜:75猪肉:250馄饨皮:150中学生点心:50菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)E套餐

至尊汉堡套餐 青椒:50红椒:50杏鲍菇:50鸡排:120芝士片:50蛋黄酱:50汉堡面包:60菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)F套餐

红烧肉圆面 小学生点心:50红烧肉圆:100鸡蛋:80青椒土豆肉片:100蔬菜:100面条:180菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)G套餐

番茄肉丝炒刀削面套餐 小学生点心:50肉丝:100番茄:50彩椒:80宽面:150菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)H套餐

葱油拌面大排套餐 红烧大排:350龙须面:150鸡毛菜:100中学生点心:50菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)I套餐

干锅千页豆腐套餐 干页豆腐:100青红线椒:60洋葱:50猪肉:100米饭:180中学生点心:50菌菇肉丝汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)J套餐

京酱肉丝盖浇饭套餐 笋丝:50猪肉:250京葱:20米饭:180中学生点心:50菌菇肉丝汤:150香蕉:80



学生群体：全体学生

午餐(多套餐)A套餐

小学生点心 小餐包:50
咖喱牛腩 牛腩:100
肉末蒸蛋 猪肉、鸡蛋:100
白菜炒素 白菜、胡萝卜:120
米饭 米饭:150
例汤 罗宋汤:
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)B套餐

中餐套餐一 肉末蒸蛋:100上海炒酱:120白菜炒素:120米饭:180罗宋汤:150香蕉:80
中餐套餐二 小学生点心 (小餐包):50红烧狮子头:100西芹腐竹炒肉丝:120上海炒酱:120白菜炒素:120米饭:180罗宋汤:150香蕉:80

午餐(多套餐)C套餐

小学生点心 小餐包:50
台式卤肉饭 卤肉:200青椒土豆肉片:120菠菜:120米饭:180例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)D套餐

红油抄手 芹菜:75猪肉:250馄饨皮:150中学生点心:50例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)E套餐

至尊汉堡套餐 青椒:50红椒:50杏鲍菇:50鸡排:120芝士片:50蛋黄酱:50汉堡面包:60例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)F套餐

小学生点心 小餐包:50
本帮酱鸭面 本帮酱鸭:100鸡蛋:80上海炒酱:100蔬菜:100面条:180例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)G套餐

小学生点心 小餐包:50
番茄肉丝炒刀削面套餐 肉丝:100番茄:50彩椒:80宽面:150例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)H套餐

葱油拌面大排套餐 红烧大排:350龙须面:150鸡毛菜:100中学生点心:50例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)I套餐

干锅千页豆腐套餐 干页豆腐:100青红线椒:60洋葱:50猪肉:100米饭:180中学生点心:50例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80

午餐(多套餐)J套餐

京酱肉丝盖浇饭套餐 笋丝:50猪肉:250京葱:20米饭:180中学生点心:50例汤 罗宋汤:150
水果 香蕉:80