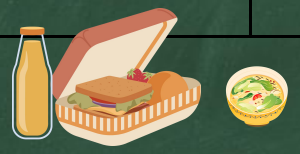
11月24日-11月28日1-2年级菜单

G1 to G2 menu of Nov24th-Nov28th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
上午点 Morning snack	桂花糕	马拉糕	蔓越莓米糕	黑米糕	小餐包
	osmanthus cake	Cantonese sponge cake	Cranberry rice cake	Black rice cake	Round bread
套餐 Set menu	红烧小肉圆	鸡肉汉堡	番茄土豆炖牛腩	肉酱意大利面	京酱肉丝
	Stewed meat ball in brown sauce	Chicken burger	Braised beef with potato and tomato	Spaghetti with meat sauce	Pork with Bean Sauce
	本帮酱鸭腿	鳕鱼排	鹌鹑蛋烧肉	上校鸡块	咖喱毛毛肉
	Braised duck in sauce	Roasted codfish	Quail egg and pork	Chicken nuggets	Curried chicken
	清炒小青菜	青椒素肠肉片	红烧萝卜	干锅花菜肉片	清炒牛叫菜
	Fried green vegetables	Fried dry tofu with meat and green sweet pepper	Fried turnip	Cauliflower with pork	Cabbage
	米饭	手撕包菜	米饭	三丝绿豆芽	米饭
	Rice	Cabbage	Rice	Fried green bean sprout and green pepper	Rice
		薯格		薯条	
		Crisscut poatoes		Fried chips	
汤 Soup	荠菜豆腐羹	紫菜蛋汤	蔬菜蛋花汤	豆腐羹	番茄蛋汤
	Bean curd soup with green vegetabl	seaweed and egg soup	Vegetable egg soup	Tofu soup	Tomatoes and eggs soup
下午点 Afternoon snack	甜甜圈	清水蛋糕	红豆饼	牛角包	老婆饼
	Doughnut	Original Cake	Red bean cake	Croissant	Sweetheart pie



11月24日-11月28日3-5年级菜单

G3 to G5 menu of Nov24th-Nov28th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
上午点 Morning snack	桂花糕	马拉糕	蔓越莓米糕	黑米糕	小餐包
	osmanthus cake	Cantonese sponge cake	Cranberry rice cake	Black rice cake	Round bread
中餐套餐 Chinese Food Set menu	红烧大排	南乳红烧肉	本帮酱鸭	百叶结烧肉	咖喱土豆牛腩
	Pork Chop with soy sauce	Pork Chop with soy sauce	Braised duck in sauce	Braised pork with dried tofu	Curry beef with potato
	番茄炒蛋	土豆炒肉片	黄瓜木耳炒蛋	芹菜干丝肉丝	鱼香茄子
	Fried eggs with tomatoes	Fried potato	Cucumber with wood ear and egg	Celery with pork and dry tofu	Yu-Shiang Eggplant
	上海炒酱	麻婆豆腐	肉末粉丝	卷心菜肉丝炒粉丝	花菜炒肉片
	Fried dry tofu and wild rice shoots with pork	stewed beancurd with minced pork	Fried pork with bean vermicelli	Cabbage with bean vermicelli and pork	Cauliflower with pork
	香菇青菜	手撕包菜	三丝绿豆芽	青椒土豆丝	清炒牛心菜
	Green vegetables with mushroom	Cabbage	Fried green bean sprout and green pepper	Fried green pepper and potato	Cabbage
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
	Rice	Rice	Rice	Rice	Rice
面条 Noodles	红烧大排面	本帮酱鸭面	红烧大肉面	红烧鸡腿面	菌菇牛肉面
	Pork Chop with soy sauce noodles	Braised duck in sauce noodles	Braised pork noodles	Braised chicken leg noodles	Beef with mushroom noodles
特色餐 Weekly Special	番茄肉丁烩面鱼儿	番茄肉丁烩面鱼儿	番茄肉丁烩面鱼儿	番茄肉丁烩面鱼儿	番茄肉丁烩面鱼儿
	Short noodle with tomato diced meat	Short noodle with tomato diced meat	Short noodle with tomato diced meat	Short noodle with tomato diced meat	Short noodle with tomato diced meat

11月24日-11月28日3-5年级菜单

G3 to G5 menu of Nov24th-Nov28th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
西餐套餐 western food Set menu	意大利肉酱面 Spaghetti with meat sauce	泰式咖喱鸡排饭 Curry Rice with Fried Chicken	热狗面包 Hot dog	台式卤肉饭 Braised pork rice	红葱酱鸡肉炒饭 Fried rice with chicken
	烤鸭腿 Roasted duck leg		鸡米花 popcorn chicken		烤鸭腿 Roasted duck leg
	干锅花菜 Cauliflower with pork		西芹炒肉片 Fried stem lettuce with pork		素肠肉片 Fried dry tofu with meat
	香菇青菜 Green vegetables with mushroom		三丝绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper		番茄西葫芦 Fried tomato and Zucchini
	薯条 Fried chips		狼牙土豆 Baked potato		烤土豆 Baked potato
汤 Soup	茅菜豆腐羹 Bean curd soup with green vegetabl	紫菜蛋汤 seaweed and egg soup	蔬菜蛋花汤 Vegetable egg soup	豆腐羹 Tofu soup	番茄蛋汤 Tomatoes and eggs soup
下午点 Afternoon snack	甜甜圈 Doughnut	清水蛋糕 Original Cake	红豆饼 Red bean cake	牛角包 Croissant	老婆饼 Sweetheart pie

11月24日-11月28日6-12年级菜单
G6 to G12 menu of Nov24th-Nov28th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
1.中餐1 1Chinese Food Set menu 1	红烧小肉圆	重庆辣子鸡	烤鸡腿	上校鸡块	咖喱毛毛肉
	Stewed meat ball in brown sauce	Chong Qing spicy chicken	Roasted chicken leg	Chicken nuggets	Curried chicken
	上海炒酱	土豆炒肉片	黄瓜木耳炒蛋	芹菜干丝肉丝	花菜炒肉片
	Fried dry tofu and wild rice shoots with pork	Fried potato	Cucumber with wood ear and egg	Celery with pork and dry tofu	Cauliflower with pork
	香菇青菜	手撕包菜	三丝绿豆芽	青椒土豆丝	清炒牛闷菜
	Green vegetables with mushroom	Cabbage	Fried green bean sprout and green pepper	Fried green pepper and potato	Cabbage
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
	Rice	Rice	Rice	Rice	Rice
2.中餐2 Chinese Food Set menu 2	红烧大排	南乳红烧肉	本帮酱鸭	百叶结烧肉	咖喱土豆牛腩
	Pork Chop with soy sauce	Pork Chop with soy sauce	Braised duck in sauce	Braised pork with dried tofu	Curry beef with potato
	番茄炒蛋	土豆炒肉片	黄瓜木耳炒蛋	芹菜干丝肉丝	鱼香茄子
	Fried eggs with tomatoes	Fried potato	Cucumber with wood ear and egg	Celery with pork and dry tofu	Yu-Shiang Eggplant
	上海炒酱	麻婆豆腐	肉末粉丝	卷心菜肉丝炒粉丝	花菜炒肉片
	Fried dry tofu and wild rice shoots with pork	stewed beancurd with minced pork	Fried pork with bean vermicelli	Cabbage with bean vermicelli and pork	Cauliflower with pork
	香菇青菜	手撕包菜	三丝绿豆芽	青椒土豆丝	清炒牛闷菜
	Green vegetables with mushroom	Cabbage	Fried green bean sprout and green pepper	Fried green pepper and potato	Cabbage
	米饭	米饭	米饭	米饭	米饭
	Rice	Rice	Rice	Rice	Rice

11月24日-11月28日6-12年级菜单
G6 to G12 menu of Nov24th-Nov28th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
3.西餐套餐 western Food Set menu	意大利肉酱面 Spaghetti with meat sauce 烤鸭腿 Roasted duck leg 干锅花菜 Cauliflower with pork 香菇青菜 Green vegetables with mushroom 薯条 Fried chips	泰式咖喱鸡排饭 Curry Rice with Fried Chicken	热狗面包 Hot dog 鸡米花 popcorn chicken 西芹炒肉片 Fried stem lettuce with pork 三丝绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper 狼牙土豆 Baked potato	台式卤肉饭 Braised pork rice	红葱酱鸡肉炒饭 Fried rice with chicken 烤鸭腿 Roasted duck leg 素肠肉片 Fried dry tofu with meat 番茄西葫芦 Fried tomato and Zucchini 烤土豆 Baked potato
4.面条1 Noodles1	红烧大排面 Pork Chop with soy sauce noodles	本帮酱鸭面 Braised duck in sauce noodles	红烧大肉面 Braised pork noodles	红烧鸡腿面 Braised chicken leg noodles	菌菇牛肉面 Beef with mushroom noodles
5面条2 .Noodle2	五花肉豆角蒸面 Steamed noodles with beans and pork belly	五花肉豆角蒸面 Steamed noodles with beans and pork belly	五花肉豆角蒸面 Steamed noodles with beans and pork belly	五花肉豆角蒸面 Steamed noodles with beans and pork belly	五花肉豆角蒸面 Steamed noodles with beans and pork belly

11月24日-11月28日6-12年级菜单
G6 to G12 menu of Nov24th-Nov28th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
6.特色餐 Weekly Special	胡辣汤套餐	胡辣汤套餐	胡辣汤套餐	胡辣汤套餐	胡辣汤套餐
	Spicy Soup	Spicy Soup	Spicy Soup	Spicy Soup	Spicy Soup
7.特色餐 Weekly Special	水果披萨	水果披萨	水果披萨	水果披萨	水果披萨
	Fruit pizza	Fruit pizza	Fruit pizza	Fruit pizza	Fruit pizza
8.特色餐 Weekly Special	干锅小炒鸡	干锅小炒鸡	干锅小炒鸡	干锅小炒鸡	干锅小炒鸡
	Dry pot chicken	Dry pot chicken	Dry pot chicken	Dry pot chicken	Dry pot chicken
9.特色餐 Weekly Special	农家小炒肉盖浇饭	农家小炒肉盖浇饭	农家小炒肉盖浇饭	农家小炒肉盖浇饭	农家小炒肉盖浇饭
	Spicy stir-fried pork with rice	Spicy stir-fried pork with rice	Spicy stir-fried pork with rice	Spicy stir-fried pork with rice	Spicy stir-fried pork with rice
汤 Soup	荠菜豆腐羹	紫菜蛋汤	蔬菜蛋花汤	豆腐羹	番茄蛋汤
	Bean curd soup with green vegetabl	seaweed and egg soup	Vegetable egg soup	Tofu soup	Tomatoes and eggs soup
水果 Fruit	水果	水果	水果	水果	水果
	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit	Fruit

带量菜单（2025年11月24日--2025年11月28日）

日期	周一			周二			周三			周四			周五		
	2025.11.24			2025.11.25			2025.11.26			2025.11.27			2025.11.28		
1-2年级套餐	红烧小肉圆	100	g	鸡肉汉堡	150	g	番茄土豆炖牛腩	100	g	肉酱意大利面	150	g	京酱肉丝	100	g
	本帮酱鸭腿	100	g	鳕鱼排	100	g	鹌鹑蛋烧肉	100	g	上校鸡块	100	g	咖喱毛毛肉	100	g
	清炒小青菜	120	g	青椒素肠肉片	120	g	红烧萝卜	120	g	干锅花菜肉片	120	g	清炒牛心菜	120	g
	米饭	150	g	手撕包菜	120	g	米饭	150	g	三丝绿豆芽	120	g	米饭	150	g
				薯格	50	g				薯条	50	g			
中餐1（6-12年级）	红烧小肉圆	100	g	重庆辣子鸡	100	g	烤鸡腿	100	g	上校鸡块	100	g	咖喱毛毛肉	100	g
	上海炒酱	120	g	土豆炒肉片	120	g	黄瓜木耳炒蛋	120	g	芹菜干丝肉丝	120	g	花菜炒肉片	120	g
	香菇青菜	120	g	手撕包菜	120	g	三丝绿豆芽	120	g	青椒土豆丝	120	g	清炒牛心菜	120	g
	米饭	120	g	米饭	120	g	米饭	120	g	米饭	120	g	米饭	120	g
中餐2（3-12年级）	红烧大排	180	g	南乳红烧肉	180	g	本帮酱鸭	180	g	百叶结烧肉	180	g	咖喱土豆牛腩	180	g
	番茄炒蛋	180	g	土豆炒肉片	180	g	黄瓜木耳炒蛋	180	g	芹菜干丝肉丝	180	g	鱼香茄子	180	g
	上海炒酱	100	g	麻婆豆腐	100	g	肉末粉丝	100	g	卷心菜肉丝炒粉丝	100	g	花菜炒肉片	100	g
	香菇青菜	120	g	手撕包菜	120	g	三丝绿豆芽	120	g	青椒土豆丝	120	g	清炒牛心菜	120	g
	米饭	120	g	米饭	120	g	米饭	120	g	米饭	120	g	米饭	120	g
西餐（3-12年级）	意大利肉酱面	180	g	泰式咖喱鸡排饭			热狗面包	150	g	台式卤肉饭			红葱酱鸡肉炒饭	180	g
	烤鸭腿	100	g	咖喱	60	g	鸡米花	100	g	卤肉	200	g	烤鸭腿	100	g
	干锅花菜	120	g	牛奶	60	g	西芹炒肉片	120	g	青椒土豆肉片	120	g	素肠肉片	120	g
	香菇青菜	120	g	杂豆	30	g	三丝绿豆芽	120	g	菠菜	120	g	番茄西葫芦	120	g
	薯条	50	g	饭	150	g	狼牙土豆	50	g	米饭	180	g	烤土豆	50	g
				鸡排	80	g									
				胡萝卜	30	g									
				西兰花	30	g									
面条（3-12年级）	红烧大排面			本帮酱鸭面			红烧大肉面			红烧鸡腿面			菌菇牛肉面		
	红烧大排	100	g	本帮酱鸭	100	g	红烧大肉	100	g	红烧鸡腿	100	g	菌菇牛肉	100	g
	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g
	上海炒酱	100	g	土豆炒肉片	100	g	西芹炒肉片	100	g	芹菜干丝肉丝	100	g	花菜炒肉片	100	g
	蔬菜	100	g	蔬菜	100	g	蔬菜	100	g	蔬菜	100	g	蔬菜	100	g
	面条	150	g	面条	150	g	面条	150	g	面条	150	g	面条	150	g
小学生特色餐	番茄鸡蛋肉丁烩面鱼			番茄鸡蛋肉丁烩面鱼			番茄鸡蛋肉丁烩面鱼			番茄鸡蛋肉丁烩面鱼			番茄鸡蛋肉丁烩面鱼		
	面鱼	150	g	面鱼	150	g	面鱼	150	g	面鱼	150	g	面鱼	150	g
	猪肉	100	g	猪肉	100	g	猪肉	100	g	猪肉	100	g	猪肉	100	g
	西芹	50	g	西芹	50	g	西芹	50	g	西芹	50	g	西芹	50	g
	番茄丁	50	g	番茄丁	50	g	番茄丁	50	g	番茄丁	50	g	番茄丁	50	g
	洋葱	50	g	洋葱	50	g	洋葱	50	g	洋葱	50	g	洋葱	50	g
	杏鲍菇	50	g	杏鲍菇	50	g	杏鲍菇	50	g	杏鲍菇	50	g	杏鲍菇	50	g
	土豆	50	g	土豆	50	g	土豆	50	g	土豆	50	g	土豆	50	g
例汤	荠菜豆腐羹	150	g	紫菜蛋汤	150	g	蔬菜蛋花汤	150	g	豆腐羹	150	g	番茄蛋汤	150	g
水果	水果	100	g	水果	100	g	水果	100	g	水果	100	g	水果	100	g
点心	桂花糕	50	g	马拉糕	50	g	蔓越莓米糕	50	g	黑米糕	50	g	小餐包	50	g
	甜甜圈	50	g	清水蛋糕	50	g	红豆饼	50	g	牛角包	50	g	老婆饼	50	g

日期	周一			周二			周三			周四			周五		
	2025.11.24			2025.11.25			2025.11.26			2025.11.27			2025.11.28		
特色面（6-12年级）	五花肉豆角蒸面			五花肉豆角蒸面			五花肉豆角蒸面			五花肉豆角蒸面			五花肉豆角蒸面		
	面条	150	g	面条	150	g	面条	150	g	面条	150	g	面条	150	g
	豇豆	50	g	豇豆	50	g	豇豆	50	g	豇豆	50	g	豇豆	50	g
	五花肉	100	g	五花肉	100	g	五花肉	100	g	五花肉	100	g	五花肉	100	g
	黄豆芽	50	g	黄豆芽	50	g	黄豆芽	50	g	黄豆芽	50	g	黄豆芽	50	g
	鸡腿	150	g	鸡腿	150	g	鸡腿	150	g	鸡腿	150	g	鸡腿	150	g
	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g
地方风味（6-12年级）	胡辣汤套餐			胡辣汤套餐			胡辣汤套餐			胡辣汤套餐			胡辣汤套餐		
	牛肉	50	g	牛肉	50	g	牛肉	50	g	牛肉	50	g	牛肉	50	g
	豆腐皮	50	g	豆腐皮	50	g	豆腐皮	50	g	豆腐皮	50	g	豆腐皮	50	g
	金针菇	50	g	金针菇	50	g	金针菇	50	g	金针菇	50	g	金针菇	50	g
	黄花菜	50	g	黄花菜	50	g	黄花菜	50	g	黄花菜	50	g	黄花菜	50	g
	机百叶	50	g	机百叶	50	g	机百叶	50	g	机百叶	50	g	机百叶	50	g
	小油条	100	g	小油条	100	g	小油条	100	g	小油条	100	g	小油条	100	g
	面筋	50	g	面筋	50	g	面筋	50	g	面筋	50	g	面筋	50	g
	火腿肠	50	g	火腿肠	50	g	火腿肠	50	g	火腿肠	50	g	火腿肠	50	g
	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g
特色西餐（6-12年级）	水果披萨			水果披萨			水果披萨			水果披萨			水果披萨		
	芝士	50	g	芝士	50	g	芝士	50	g	芝士	50	g	芝士	50	g
	杂果	50	g	杂果	50	g	杂果	50	g	杂果	50	g	杂果	50	g
	培根	80	g	培根	80	g	培根	80	g	培根	80	g	培根	80	g
	披萨饼	100	g	披萨饼	100	g	披萨饼	100	g	披萨饼	100	g	披萨饼	100	g
	鸡米花	80	g	鸡米花	80	g	鸡米花	80	g	鸡米花	80	g	鸡米花	80	g
	西兰花	80	g	西兰花	80	g	西兰花	80	g	西兰花	80	g	西兰花	80	g
	薯条	50	g	薯条	50	g	薯条	50	g	薯条	50	g	薯条	50	g
锅仔（6-12年级）	干锅小炒鸡			干锅小炒鸡			干锅小炒鸡			干锅小炒鸡			干锅小炒鸡		
	鸡肉	200	g	鸡肉	200	g	鸡肉	200	g	鸡肉	200	g	鸡肉	200	g
	青线椒	100	g	青线椒	100	g	青线椒	100	g	青线椒	100	g	青线椒	100	g
	红线椒	100	g	红线椒	100	g	红线椒	100	g	红线椒	100	g	红线椒	100	g
	红洋葱	100	g	红洋葱	100	g	红洋葱	100	g	红洋葱	100	g	红洋葱	100	g
	米饭	180	g	米饭	180	g	米饭	180	g	米饭	180	g	米饭	180	g
	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g
盖浇饭（6-12年级）	农家小炒肉盖浇饭			农家小炒肉盖浇饭			农家小炒肉盖浇饭			农家小炒肉盖浇饭			农家小炒肉盖浇饭		
	猪肉	200	g	猪肉	200	g	猪肉	200	g	猪肉	200	g	猪肉	200	g
	青线椒	100	g	青线椒	100	g	青线椒	100	g	青线椒	100	g	青线椒	100	g
	红线椒	100	g	红线椒	100	g	红线椒	100	g	红线椒	100	g	红线椒	100	g
	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g	鸡蛋	80	g
	西兰花	100	g	西兰花	100	g	西兰花	100	g	西兰花	100	g	西兰花	100	g
	米饭	180	g	米饭	180	g	米饭	180	g	米饭	180	g	米饭	180	g
	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g	中学生点心	50	g