

3月2日-3月6日1-2年级菜单

G1 to G2 menu of Mar2nd-Mar6th

| | 周一 Monday | 周二 Tuesday | 周三 Wednesday | 周四 Thursday | 周五 Friday |
|-------------------------|-------------------------------|--|---|---|--|
| 上午点心 Morning snack | 桂花糕 osmanthus cake | 马拉糕 Cantonese sponge cake | 蔓越莓米糕 Cranberry rice cake | 黑米糕 Black rice cake | 小餐包 Round bread |
| 套餐 Set menu | 鹌鹑蛋烧肉 Quail egg and pork | 咖喱鸡排饭 Curry Rice with Fried Chicken | 西红柿土豆炖牛腩 Braised beef with potato and tomato | 肉酱意大利两头尖 Spaghetti with meat sauce | 蜜汁红烧鸭翅根 Braised duck wing |
| | 咖喱土豆毛毛肉 Curried chicken | | 京酱肉丝 Pork with Bean Sauce | 烤鸡腿 Roasted chicken leg | 红烧小肉圆 Stewed meat ball in brown sauce |
| | 小青菜 Fried green vegetables | | 三色绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper | 蚝油双菇肉片 Fried pork with two kinds of mushroom | 青椒土豆丝 Fried green pepper and potato |
| | 米饭 Rice | | 米饭 Rice | 白菜炒素 Cabbage with gluten and carrot | 米饭 Rice |
| | | | | | 藕合 Fried lotus roof Pie |
| 汤 Soup | 紫菜蛋汤 seaweed and egg soup | 豆腐蛋汤 Tofu and egg soup | 菌菇肉丝汤 Mushroom and meat soup | 冬瓜蛋汤 White gourd and egg soup | 番茄蛋汤 Tomatoes and eggs soup |
| 下午点心 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 |



3月2日-3月6日3-5年级菜单

G3 to G5 menu of Mar2nd-Mar6th

| | 周一 Monday | 周二 Tuesday | 周三 Wednesday | 周四 Thursday | 周五 Friday |
|-------------------------------|---|--|--|--|--|
| 上午点心 Morning snack | 桂花糕 osmanthus cake | 马拉糕 Cantonese sponge cake | 蔓越莓米糕 Cranberry rice cake | 黑米糕 Black rice cake | 小餐包 Round bread |
| 中餐套餐 Chinese Food Set menu | 红烧大肉 Braised pork | 菌菇牛腩 Beef with mushroom | 百叶结红烧肉 Braised pork with dried tofu | 香酥鸭腿 Duck leg | 鹌鹑蛋烧肉 Quail egg and pork |
| | 番茄炒蛋 Fried eggs with tomatoes | 芹菜干丝肉丝 Celery with pork and dry tofu | 水须肉 Fried pork with scrambled eggs and wood ear | 芹菜肉末粉丝 Fried pork with bean vermicelli and celery | 西芹炒红肠 Celery with sausage |
| | 上海炒酱 Fried dry tofu and wild rice shoots with pork | 红烧肉末豆腐 Braised tofu with pork | 花菜胡萝卜肉片 Cauliflower with pork and carrot | 西葫芦胡萝卜肉丝 Fried Zucchini with carrot and pork | 鱼香茄子 Yu-Shiang Eggplant |
| | 小青菜 Fried green vegetables | 葱油西葫芦 Fried Zucchini | 三色绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper | 白菜炒素 Cabbage with gluten and carrot | 青椒土豆丝 Fried green pepper and potato |
| | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice |
| 面条 Noodles | 麻辣肉丝面 Spicy shredded pork noodles | 本帮酱鸭面 Braised duck in sauce noodles | 菌菇牛肉面 Beef with mushroom noodles | 红烧大肉面 Braised pork noodles | 红烧鸡腿面 Braised chicken leg noodles |
| 特色餐 Weekly Special | 番茄鸡蛋肉丁烩面鱼 Short noodle with tomato diced meat | 番茄鸡蛋肉丁烩面鱼 Short noodle with tomato diced meat | 番茄鸡蛋肉丁烩面鱼 Short noodle with tomato diced meat | 番茄鸡蛋肉丁烩面鱼 Short noodle with tomato diced meat | 番茄鸡蛋肉丁烩面鱼 Short noodle with tomato diced meat |

3月2日-3月6日3-5年级菜单

G3 to G5 menu of Mar2nd-Mar6th

| | 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 | 咖喱鸡排饭 Curry Rice with Fried Chicken | 鸡肉汉堡 Chicken burger | 台式卤肉饭 Braised pork rice | 红葱酱方腿鸡丁炒饭 Fried rice with sausage and chicken |
| | 西餐烤鸡腿 | | 鳕鱼排 Roasted codfish | | 椒盐排条 Salt and pepper ribs |
| | 蚝油双菇肉片 Fried pork with two kinds of mushroom | | 花菜胡萝卜肉片 Cauliflower with pork and carrot | | 西葫芦炒肉丝 Fried Zucchini with pork |
| | 小青菜 Fried green vegetables | | 手撕包菜 Cabbage | | 青椒土豆丝 Fried green pepper and potato |
| | 薯条 Fried chips | | 烤土豆 Baked potato | | 银牙土豆 Baked potato |
| 汤 Soup | 紫菜蛋汤 seaweed and egg soup | 豆腐蛋汤 Tofu and egg soup | 菌菇肉丝汤 Mushroom and meat soup | 冬瓜蛋汤 White gourd and egg soup | 番茄蛋汤 Tomatoes and eggs soup |
| | 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 |



3月2日-3月6日6-12年级菜单

G6 to G12 menu of Mar2nd-Mar6th

| | 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 | 鹌鹑蛋烧肉 Quail egg and pork | 本帮酱鸭 Braised duck in sauce | 京酱肉丝 Pork with Bean Sauce | 农家小炒肉 Shredded pork with vegetables | 蜜汁红烧鸭翅根 Braised duck wing |
| | 上海炒酱 Fried dry tofu and wild rice shoots with pork | 红烧肉末豆腐 Braised tofu with pork | 花菜胡萝卜肉片 Cauliflower with pork and carrot | 西葫芦胡萝卜肉丝 Fried Zucchini with carrot and pork | 西芹炒红肠 Celery with sausage |
| | 小青菜 Fried green vegetables | 葱油西葫芦 Fried Zucchini | 三色绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper | 白菜炒素 Cabbage with gluten and carrot | 青椒土豆丝 Fried green pepper and potato |
| | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice |
| 2. 中餐2 Chinese Food Set menu 2 | 红烧大肉 Braised pork | 菌菇牛腩 Beef with mushroom | 百叶结红烧肉 Braised pork with dried tofu | 香酥鸭腿 Duck leg | 鹌鹑蛋烧肉 Quail egg and pork |
| | 番茄炒蛋 Fried eggs with tomatoes | 芹菜干丝肉丝 Celery with pork and dry tofu | 水须肉 Fried pork with scrambled eggs and wood ear | 芹菜肉末粉丝 Fried pork with bean vermicelli and celery | 西芹炒红肠 Celery with sausage |
| | 上海炒酱 Fried dry tofu and wild rice shoots with pork | 红烧肉末豆腐 Braised tofu with pork | 花菜胡萝卜肉片 Cauliflower with pork and carrot | 西葫芦胡萝卜肉丝 Fried Zucchini with carrot and pork | 鱼香茄子 Yu-Shiang Eggplant |
| | 小青菜 Fried green vegetables | 葱油西葫芦 Fried Zucchini | 三色绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper | 白菜炒素 Cabbage with gluten and carrot | 青椒土豆丝 Fried green pepper and potato |
| | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice | 米饭 Rice |

3月2日-3月6日6-12年级菜单

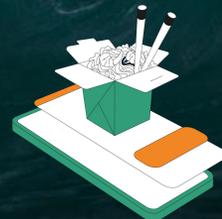
G6 to G12 menu of Mar2nd-Mar6th

| | 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 | 咖喱鸡排饭 Curry Rice with Fried Chicken | 鸡肉汉堡 Chicken burger | 台式卤肉饭 Braised pork rice | 红葱酱方腿鸡丁炒饭 Fried rice with sausage and chicken |
| | 西餐烤鸡腿 | | 鳕鱼排 Roasted codfish | | 椒盐排条 Salt and pepper ribs |
| | 蚝油双菇肉片 Fried pork with two kinds of mushroom | | 花菜胡萝卜肉片 Cauliflower with pork and carrot | | 西葫芦炒肉丝 Fried Zucchini with pork |
| | 小青菜 Fried green vegetables | | 手撕包菜 Cabbage | | 青椒土豆丝 Fried green pepper and potato |
| | 薯条 Fried chips | | 烤土豆 Baked potato | | 狼牙土豆 Baked potato |
| 4.面条1 Noodles1 | 麻辣肉丝面 Spicy shredded pork noodles | 本帮酱鸭面 Braised duck in sauce noodles | 菌菇牛肉面 Beef with mushroom noodles | 红烧大肉面 Braised pork noodles | 红烧鸡腿面 Braised chicken leg noodles |
| 5.面条2 Noodle2 | 油泼面套餐 Hot oil noodles | 油泼面套餐 Hot oil noodles | 油泼面套餐 Hot oil noodles | 油泼面套餐 Hot oil noodles | 油泼面套餐 Hot oil noodles |

3月2日-3月6日6-12年级菜单

G6 to G12 menu of Mar2nd-Mar6th

| | 周一 Monday | 周二 Tuesday | 周三 Wednesday | 周四 Thursday | 周五 Friday |
|-------------------------|---|---|---|---|---|
| 6.特色餐 Weekly Special | 西北炒方便面 Fried instant noodles |
| 7.特色餐 Weekly Special | 水果披萨 Fruit pizza |
| 8.特色餐 Weekly Special | 牛肉粉丝汤 Beef soup with vermicelli |
| 9.特色餐 Weekly Special | 奶油蘑菇培根焗饭 Cream of mushroom and bacon baked rice |
| 汤 Soup | 紫菜蛋汤 seaweed and egg soup | 豆腐蛋汤 Tofu and egg soup | 菌菇肉丝汤 Mushroom and meat soup | 冬瓜蛋汤 White gourd and egg soup | 番茄蛋汤 Tomatoes and eggs soup |
| 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit | 水果 Fruit |



本周带量菜单(单位:克)

| | 周一 | | 周二 | | 周三 | | 周四 | | 周五 | |
|-----------------|----------|-----|----------|-----|----------|-----|----------|-----|-----------|-----|
| | 2026.3.2 | | 2026.3.3 | | 2026.3.4 | | 2026.3.5 | | 2026.3.6 | |
| 1-2年级套餐 | 鹌鹑蛋烧肉 | 100 | 咖喱鸡排饭 | | 西红柿土豆炖牛腩 | 100 | 肉酱意大利两头尖 | 180 | 蜜汁红烧鸭翅根 | 100 |
| | 咖喱土豆毛毛肉 | 100 | 咖喱 | 60 | 京酱肉丝 | 100 | 烤鸡腿 | 100 | 红烧小肉圆 | 100 |
| | 小青菜 | 120 | 牛奶 | 60 | 三色绿豆芽 | 120 | 蚝油双菇肉片 | 120 | 青椒土豆丝 | 120 |
| | 米饭 | 150 | 杂豆 | 30 | 米饭 | 150 | 白菜炒素 | 120 | 米饭 | 150 |
| | | | 饭 | 180 | | | | | | |
| | | | 鸡排 | 80 | | | | | | |
| | | | 胡萝卜 | 30 | | | | | | |
| | | | 西兰花 | 30 | | | | | | |
| | | | 米饭 | 180 | | | | | | |
| 中餐1 (6-12年级) | 鹌鹑蛋烧肉 | 100 | 本帮酱鸭 | 100 | 京酱肉丝 | 100 | 农家小炒肉 | 100 | 蜜汁红烧鸭翅根 | 100 |
| | 上海炒酱 | 120 | 红烧肉末豆腐 | 120 | 花菜胡萝卜肉片 | 120 | 西葫芦胡萝卜肉丝 | 120 | 西芹炒红肠 | 120 |
| | 小青菜 | 120 | 葱油西葫芦 | 120 | 三色绿豆芽 | 120 | 白菜炒素 | 120 | 青椒土豆丝 | 120 |
| | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 |
| 中餐2 (3-12年级) | 红烧大肉 | 100 | 菌菇牛腩 | 100 | 百叶结红烧肉 | 100 | 香酥鸭腿 | 100 | 鹌鹑蛋烧肉 | 100 |
| | 番茄炒蛋 | 120 | 芹菜干丝肉丝 | 120 | 木须肉 | 120 | 芹菜肉末粉丝 | 120 | 西芹炒红肠 | 120 |
| | 上海炒酱 | 120 | 红烧肉末豆腐 | 120 | 花菜胡萝卜肉片 | 120 | 西葫芦胡萝卜肉丝 | 120 | 鱼香茄子 | 120 |
| | 小青菜 | 120 | 葱油西葫芦 | 120 | 三色绿豆芽 | 120 | 白菜炒素 | 120 | 青椒土豆丝 | 120 |
| | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 |
| 西餐 (3-12年级) | 意大利肉酱面 | 180 | 咖喱鸡排饭 | | 鸡肉汉堡 | 180 | 台式卤肉饭 | 200 | 红葱酱方腿鸡丁炒饭 | 180 |
| | 西餐烤鸡腿 | 100 | 咖喱 | 60 | 鳕鱼排 | 100 | | 120 | 椒盐排条 | 100 |
| | 蚝油双菇肉片 | 120 | 牛奶 | 60 | 花菜胡萝卜肉片 | 120 | | 120 | 西葫芦炒肉丝 | 120 |
| | 小青菜 | 120 | 杂豆 | 30 | 手撕包菜 | 120 | | 180 | 青椒土豆丝 | 120 |
| | 薯条 | 50 | 饭 | 180 | 烤土豆 | 50 | | | 狼牙土豆 | 50 |
| | | | 鸡排 | 80 | | | | | | |
| | | | 胡萝卜 | 30 | | | | | | |
| | | | 西兰花 | 30 | | | | | | |
| | | | 米饭 | 180 | | | | | | |
| 面条 (3-12年级) | 麻辣肉丝面 | | 本帮酱鸭面 | | 菌菇牛肉面 | | 红烧大肉面 | | 红烧鸡腿面 | |
| | 麻辣肉丝 | 100 | 本帮酱鸭 | 100 | 菌菇牛肉 | 100 | 红烧大肉 | 100 | 红烧鸡腿 | 100 |
| | 鸡蛋 | 80 | 鸡蛋 | 80 | 鸡蛋 | 80 | 鸡蛋 | 80 | 鸡蛋 | 80 |
| | 小荤菜 | 100 | 小荤菜 | 100 | 小荤菜 | 100 | 小荤菜 | 100 | 小荤菜 | 100 |
| | 蔬菜 | 100 | 蔬菜 | 100 | 蔬菜 | 100 | 蔬菜 | 100 | 蔬菜 | 100 |
| | 面条 | 180 | 面条 | 180 | 面条 | 180 | 面条 | 180 | 面条 | 180 |
| | | | | | | | | | | |
| 特色餐 (3-5年级) | 番茄肉丝炒刀削面 | | 番茄肉丝炒刀削面 | | 番茄肉丝炒刀削面 | | 番茄肉丝炒刀削面 | | 番茄肉丝炒刀削面 | |
| | 面鱼 | 150 | 面鱼 | 150 | 面鱼 | 150 | 面鱼 | 150 | 面鱼 | 150 |
| | 猪肉 | 100 | 猪肉 | 100 | 猪肉 | 100 | 猪肉 | 100 | 猪肉 | 100 |
| | 西芹 | 50 | 西芹 | 50 | 西芹 | 50 | 西芹 | 50 | 西芹 | 50 |
| | 番茄丁 | 50 | 番茄丁 | 50 | 番茄丁 | 50 | 番茄丁 | 50 | 番茄丁 | 50 |
| | 洋葱 | 50 | 洋葱 | 50 | 洋葱 | 50 | 洋葱 | 50 | 洋葱 | 50 |
| | 杏鲍菇 | 50 | 杏鲍菇 | 50 | 杏鲍菇 | 50 | 杏鲍菇 | 50 | 杏鲍菇 | 50 |
| | 土豆 | 50 | 土豆 | 50 | 土豆 | 50 | 土豆 | 50 | 土豆 | 50 |
| | | | | | | | | | | |
| 点心 | 桂花糕 | 50 | 马拉糕 | 50 | 蔓越莓米糕 | 50 | 黑米糕 | 50 | 小餐包 | 50 |
| | 甜甜圈 | 50 | 清水蛋糕 | 50 | 红豆饼 | 50 | 牛角包 | 50 | 老婆饼 | 50 |

| | 周一 | | 周二 | | 周三 | | 周四 | | 周五 | |
|-----------------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-------|----------|-----|
| | 2026.3.2 | | 2026.3.3 | | 2026.3.4 | | 2026.3.5 | | 2026.3.6 | |
| 特色餐 (6-12年级) | 油泼面套餐 | | 油泼面套餐 | | 油泼面套餐 | | 油泼面套餐 | | 油泼面套餐 | |
| | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 |
| | 黄豆芽 | 50 | 黄豆芽 | 50 | 黄豆芽 | 50 | 黄豆芽 | 50 | 黄豆芽 | 50 |
| | 炸猪排 | 120 | 炸猪排 | 120 | 炸猪排 | 120 | 炸猪排 | 120 | 炸猪排 | 120 |
| | 刀削面 | 150 | 刀削面 | 150 | 刀削面 | 150 | 刀削面 | 150 | 刀削面 | 150 |
| | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 |
| | 西北炒方便面 | | 西北炒方便面 | | 西北炒方便面 | | 西北炒方便面 | | 西北炒方便面 | |
| | 方便面 | 100 | 方便面 | 100 | 方便面 | 100 | 方便面 | 100 | 方便面 | 100 |
| | 火腿肠 | 100 | 火腿肠 | 100 | 火腿肠 | 100 | 火腿肠 | 100 | 火腿肠 | 100 |
| | 鸡蛋 | 100 | 鸡蛋 | 100 | 鸡蛋 | 100 | 鸡蛋 | 100 | 鸡蛋 | 100 |
| | 洋葱 | 100 | 洋葱 | 100 | 洋葱 | 100 | 洋葱 | 100 | 洋葱 | 100 |
| | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 |
| | 鸡腿 | 100 | 鸡腿 | 100 | 鸡腿 | 100 | 鸡腿 | 100 | 鸡腿 | 100 |
| | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 |
| | 水果披萨 | | 水果披萨 | | 水果披萨 | | 水果披萨 | | 水果披萨 | |
| | 芝士 | 50 | 芝士 | 50 | 芝士 | 50 | 芝士 | 50 | 芝士 | 50 |
| | 杂果 | 50 | 杂果 | 50 | 杂果 | 50 | 杂果 | 50 | 杂果 | 50 |
| | 培根 | 80 | 培根 | 80 | 培根 | 80 | 培根 | 80 | 培根 | 80 |
| | 披萨饼 | 100 | 披萨饼 | 100 | 披萨饼 | 100 | 披萨饼 | 100 | 披萨饼 | 100 |
| | 鸡米花 | 80 | 鸡米花 | 80 | 鸡米花 | 80 | 鸡米花 | 80 | 鸡米花 | 80 |
| | 西兰花 | 80 | 西兰花 | 80 | 西兰花 | 80 | 西兰花 | 80 | 西兰花 | 80 |
| | 薯条 | 50 | 薯条 | 50 | 薯条 | 50 | 薯条 | 50 | 薯条 | 50 |
| | 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 | |
| | 牛肉片 | 80 | 牛肉片 | 80 | 牛肉片 | 80 | 牛肉片 | 80 | 牛肉片 | 80 |
| | 机百叶 | 50 | 机百叶 | 50 | 机百叶 | 50 | 机百叶 | 50 | 机百叶 | 50 |
| | 鹌鹑蛋 | 50 | 鹌鹑蛋 | 50 | 鹌鹑蛋 | 50 | 鹌鹑蛋 | 50 | 鹌鹑蛋 | 50 |
| 粉丝 | 100 | 粉丝 | 100 | 粉丝 | 100 | 粉丝 | 100 | 粉丝 | 100 | |
| 午餐肉 | 60 | 午餐肉 | 60 | 午餐肉 | 60 | 午餐肉 | 60 | 午餐肉 | 60 | |
| 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | 鸡毛菜 | 100 | |
| 脆饼 | 180 | 脆饼 | 180 | 脆饼 | 180 | 脆饼 | 180 | 脆饼 | 180 | |
| 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | 中学生点心 | 50 | |
| 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 | | |
| 芝士 | 100 | 芝士 | 100 | 芝士 | 100 | 芝士 | 100 | 芝士 | 100 | |
| 牛奶 | 100 | 牛奶 | 100 | 牛奶 | 100 | 牛奶 | 100 | 牛奶 | 100 | |
| 蘑菇 | 50 | 蘑菇 | 50 | 蘑菇 | 50 | 蘑菇 | 50 | 蘑菇 | 50 | |
| 培根 | 80 | 培根 | 80 | 培根 | 80 | 培根 | 80 | 培根 | 80 | |
| 原味鸡块 | 80 | 原味鸡块 | 80 | 原味鸡块 | 80 | 原味鸡块 | 80 | 原味鸡块 | 80 | |
| 西兰花 | 60 | 西兰花 | 60 | 西兰花 | 60 | 西兰花 | 60 | 西兰花 | 60 | |
| 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | 米饭 | 180 | |
| 例汤 | 紫菜蛋汤 | 150 | 豆腐蛋汤 | 150 | 菌菇肉丝汤 | 150 | 冬瓜蛋汤 | 150 | 番茄蛋汤 | 150 |
| 水果 | 水果 | 100 | 水果 | 100 | 水果 | 100 | 水果 | 100 | 水果 | 100 |