



# 5月25日-5月29日3-5年级菜单

## G3 to G5 menu of May 25<sup>th</sup>-29<sup>th</sup>

	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	糖醋里脊肉 Sweet and sour pork	南乳大肉 Pork Chop with soy sauce	本帮酱鸭 Braised duck in sauce	马桥干烧肉 Fried dried bean and pork	粉蒸小排 Steamed pork ribs
	番茄炒蛋 Fried eggs with tomatoes	青椒土豆炒肉片 Fried green pepper and potato with meat	黄瓜木耳炒蛋 Cucumber with wood ear and egg	芹菜干丝肉丝 Celery with pork and dry tofu	鱼香茄子 Yu-Shiang Eggplant
	青椒干丝肉丝 Fried green pepper with pork and dry tofu	麻婆豆腐 stewed beancurd with minced pork	肉末粉丝 Fried pork with bean vermicelli	卷心菜肉丝炒粉丝 Cabbage with bean vermicelli and pork	花菜炒肉片 Cauliflower with pork
	香菇青菜 Green vegetables with mushroom	手撕包菜 Cabbage	三丝绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper	青椒土豆丝 Fried green pepper and potato	清炒牛心菜 Cabbage
	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice
面条 Noodles	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	辣肉面 Spicy meat noodles
特色餐 Weekly Special	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice

# 5月25日-5月29日3-5年级菜单

## G3 to G5 menu of May 25<sup>th</sup>-29<sup>th</sup>

	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		火山石烤肠 Baked sausage
	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		银牙土豆 Baked potato		烤土豆 Baked potato
汤 Soup	荠菜豆腐羹 Bean curd soup with green vegetable	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
水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit



# 5月25日-5月29日6-12年级菜单

G6 to G12 menu of May 25<sup>th</sup>-29<sup>th</sup>

	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	红烧小肉圆 Stewed meat ball in brown sauce	火山石烤肠 Baked sausage	鹌鹑蛋烧肉 Quail egg and pork	上校鸡块 Chicken nuggets	肉末蒸蛋 Steamed eggs with meat
	上海炒酱 Fried dry tofu and wild rice shoots with pork	土豆炒肉片 Fried potato	黄瓜木耳炒蛋 Cucumber with wood ear and egg	芹菜干丝肉丝 Celery with pork and dry tofu	花菜炒肉片 Cauliflower with pork
	香菇青菜 Green vegetables with mushroom	手撕包菜 Cabbage	三丝绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper	青椒土豆丝 Fried green pepper and potato	清炒牛心菜 Cabbage
	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice
2. 中餐2 Chinese Food Set menu 2	糖醋里脊肉 Sweet and sour pork	南乳大肉 Pork Chop with soy sauce	本帮酱鸭 Braised duck in sauce	马桥干烧肉 Fried dried bean and pork	粉蒸小排 Steamed pork ribs
	番茄炒蛋 Fried eggs with tomatoes	青椒土豆炒肉片 Fried green pepper and potato with meat	黄瓜木耳炒蛋 Cucumber with wood ear and egg	芹菜干丝肉丝 Celery with pork and dry tofu	鱼香茄子 Yu-Shiang Eggplant
	青椒干丝肉丝 Fried green pepper with pork and dry tofu	麻婆豆腐 stewed beancurd with minced pork	肉末粉丝 Fried pork with bean vermicelli	卷心菜肉丝炒粉丝 Cabbage with bean vermicelli and pork	花菜炒肉片 Cauliflower with pork
	香菇青菜 Green vegetables with mushroom	手撕包菜 Cabbage	三丝绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper	青椒土豆丝 Fried green pepper and potato	清炒牛心菜 Cabbage
	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice	米饭 Rice

# 5月25日-5月29日6-12年级菜单

## G6 to G12 menu of May 25<sup>th</sup>-29<sup>th</sup>

	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	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		火山石烤肠 Baked sausage
	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
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	辣肉面 Spicy meat noodles
5.面条2 Noodle2	大盘鸡盖浇面 Spicy Braised Chicken with Noodles	大盘鸡盖浇面 Spicy Braised Chicken with Noodles	大盘鸡盖浇面 Spicy Braised Chicken with Noodles	大盘鸡盖浇面 Spicy Braised Chicken with Noodles	大盘鸡盖浇面 Spicy Braised Chicken with Noodles

# 5月25日-5月29日6-12年级菜单

## G6 to G12 menu of May 25<sup>th</sup>-29<sup>th</sup>

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
6.特色餐 Weekly Special	红油抄手 Dumplings in Spicy Sauce	红油抄手 Dumplings in Spicy Sauce	红油抄手 Dumplings in Spicy Sauce	红油抄手 Dumplings in Spicy Sauce	红油抄手 Dumplings in Spicy Sauce
7.特色餐 Weekly Special	墨西哥鸡肉卷 Mexican Chicken Roll	墨西哥鸡肉卷 Mexican Chicken Roll	墨西哥鸡肉卷 Mexican Chicken Roll	墨西哥鸡肉卷 Mexican Chicken Roll	墨西哥鸡肉卷 Mexican Chicken Roll
8.特色餐 Weekly Special	老鸭粉丝汤 Duck vermicelli soup	老鸭粉丝汤 Duck vermicelli soup	老鸭粉丝汤 Duck vermicelli soup	老鸭粉丝汤 Duck vermicelli soup	老鸭粉丝汤 Duck vermicelli soup
9.特色餐 Weekly Special	韩式拌饭 Korean mixed rice	韩式拌饭 Korean mixed rice	韩式拌饭 Korean mixed rice	韩式拌饭 Korean mixed rice	韩式拌饭 Korean mixed rice
汤 Soup	荠菜豆腐羹 Bean curd soup with green vegetable	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
水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit



带量菜单 (单位: 克)

	周一		周二		周三		周四		周五		本周特色餐	
	2026.5.25		2026.5.26		2026.5.27		2026.5.28		2026.5.29			
1-2年级套餐	红烧小肉圆	100	鸡肉汉堡	180	咖喱毛毛肉	100	肉酱意大利面	180	肉末蒸蛋	100	3-5年级特色 照烧鸡肉盖浇 鸡腿肉 200 鸡蛋 80 西兰花 100 米饭 150	
	茄汁溜肉段	100	火山石烤肠	100	鹌鹑蛋烧肉	100	上校鸡块	100	酱爆肉片	100		
	清炒小青菜	120	青椒素肠肉片	120	青椒土豆丝	120	干锅花菜肉片	120	清炒牛肉菜	120		
	米饭	150	手撕包菜	120	米饭	150	三丝绿豆芽	120	米饭	150		
			薯格	50			薯条	50				
中餐1 (6-12年级)	红烧小肉圆	100	火山石烤肠	100	鹌鹑蛋烧肉	100	上校鸡块	100	肉末蒸蛋	100	6-12年级特色餐  大盘鸡盖浇面 鸡块 150 青椒 35 红椒 25 洋葱 50 土豆 100 刀削面 150 点心 50  红油抄手 荠菜 75 猪肉 250 馄饨皮 150 点心 50  墨西哥鸡肉卷 墨西哥卷饼 150 鸡肉 100 杏鲍菇 50 青椒 50 红椒 50 西兰花 100 胡萝卜 100 原味鸡块 100 薯条 80	
	上海炒酱	120	土豆炒肉片	120	黄瓜木耳炒蛋	120	芹菜干丝肉丝	120	花菜炒肉片	120		
	香菇青菜	120	手撕包菜	120	三丝绿豆芽	120	青椒土豆丝	120	清炒牛肉菜	120		
	米饭	180	米饭	180	米饭	180	米饭	180	米饭	180		
中餐2 (3-12年级)	糖醋里脊肉	100	南乳红烧肉	100	本帮酱鸭	100	马桥干烧肉	100	粉蒸小排骨	100	老鸭粉丝汤 鸭腿 100 鸭胗 50 油豆腐 20 粉丝 150 木耳百叶 50 鸡毛菜 50 点心 50	
	番茄炒蛋	120	青椒土豆炒肉片	120	黄瓜木耳炒蛋	120	芹菜干丝肉丝	120	鱼香茄子	120		
	青椒干丝肉丝	120	麻婆豆腐	120	肉末粉丝	120	卷心菜肉丝炒粉丝	120	花菜炒肉片	120		
	香菇青菜	120	手撕包菜	120	三丝绿豆芽	120	青椒土豆丝	120	清炒牛肉菜	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	泰式咖喱鸡排饭		热狗面包		180	台式卤肉饭		180	红葱酱鸡肉炒饭	
	烤鸭腿	100	咖喱	60	鸡米花	100	卤肉	200	火山石烤肠	100		
	干锅花菜	120	牛奶	60	西芹炒肉片	120	青椒土豆肉片	120	素肠肉片	120		
	香菇青菜	120	杂豆	30	三丝绿豆芽	120	菠菜	120	番茄西葫芦	120		
	薯条	50	饭	180	狼牙土豆	50	米饭	180	烤土豆	50		
			鸡排	80								
			胡萝卜	30								
			西兰花	30								
			米饭	180								
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		辣肉面			
	红烧大排	100	本帮酱鸭	100	红烧大肉	100	红烧鸡腿	100	辣肉	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		
例汤	芥菜豆腐羹	150	紫菜蛋汤	150	蔬菜蛋花汤	150	豆腐羹	150	番茄蛋汤	150		
水果	水果	100	水果	100	水果	100	水果	100	水果	100		
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		