11月23日-11月27日1-2年级菜单
G1 to G2 menu of Nov 23rd-Nov 27th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
套餐 Set menu	红烧小肉圆 Stewed meat ball in brown sauce	鸡肉汉堡 Chicken burger	番茄土豆炖牛腩 Braised beef with potato and tomato	肉酱意大利面 Spaghetti with meat sauce	京酱肉丝 Pork with Bean Sauce
	雪花鸡柳 Chicken fingers	小酥肉 Fried pork	油面筋塞肉 Gluten Balls with meat	上校鸡块 Chicken nuggets	蜜汁鸭翅根 Braised duck wing
	小青菜 Fried green vegetables	青椒素肠肉片 Fried dry tofu with meat and green sweet pepper	红烧萝卜 Fried turnip	干锅花菜肉片 Cauliflower with pork	清炒牛心菜 Cabbage
	米饭 Rice	手撕包菜 Cabbage	米饭 Rice	三丝绿豆芽 Fried green bean sprout and green pepper	米饭 Rice
		薯格 Crisscut poatoes		薯条 Fried chips	
汤 Soup	荠菜豆腐羹 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
水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
点心 Snack	桂花糕 osmanthus cake	老婆饼 Sweetheart pie	蔓越莓米糕 Cranberry rice cake	甜甜圈 Doughnut	小餐包 Round bread



11月23日-11月27日3-5年级菜单
G3 to G5 menu of Nov 16th-Nov20th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
中餐套餐 Chinese Food Set menu	红烧大排 Pork Chop with soy sauce	五彩虾仁 Stir-fried Shrimp with assorted vegetables	本帮酱鸭 Braised duck in sauce	香干烧肉 Braised pork with dried tofu	咖喱土豆牛腩 Curry beef with potato
	番茄炒蛋 Fried eggs with tomatoes	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	鱼香茄子 Yu-Shiang Eggplant
	上海炒酱 Fried dry tofu and wild rice shoots with pork	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	菌菇牛肉面 Beef with mushroom 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



11月23日-11月27日3-5年级菜单
G3 to G5 menu of Nov 16th-Nov20th

	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	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice	红葱酱鸡肉炒饭 Fried rice with chicken
	烤鸭腿 Roasted duck leg		雪花鸡柳 Chicken fingers		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
汤 Soup	荠菜豆腐羹 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
水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
点心 Snack	桂花糕 osmanthus cake	老婆饼 Sweetheart pie	蔓越莓米糕 Cranberry rice cake	甜甜圈 Doughnut	小餐包 Round bread



11月23日-11月27日6-12年级菜单
G6 to G12 menu of Nov 23rd-Nov 27th

	周一 Monday	周二 Tuesday	周三 Wednesday	周四 Thursday	周五 Friday
中餐1 Chinese Food Set menu 1	红烧小肉圆 Stewed meat ball in brown sauce	小酥肉 Fried pork	油面筋塞肉 Gluten Balls with meat	上校鸡块 Chicken nuggets	蜜汁鸭翅根 Braised duck wing
	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
中餐2 Chinese Food Set menu 2	红烧大排 Pork Chop with soy sauce	五彩虾仁 Stir-fried Shrimp with assorted vegetables	本帮酱鸭 Braised duck in sauce	香干烧肉 Braised pork with dried tofu	咖喱土豆牛腩 Curry beef with potato
	番茄炒蛋 Fried eggs with tomatoes	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	鱼香茄子 Yu-Shiang Eggplant
	上海炒酱 Fried dry tofu and wild rice shoots with pork	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 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

11月23日-11月27日6-12年级菜单
G6 to G12 menu of Nov 23rd-Nov 27th

	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	照烧鸡肉盖浇饭 Teriyaki chicken with rice	红葱酱鸡肉炒饭 Fried rice with chicken
	烤鸭腿 Roasted duck leg		雪花鸡柳 Chicken fingers		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
汤 Soup	荠菜豆腐羹 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
水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit	水果 Fruit
本周特色餐 Weekly Special	油泼面套餐 Hot oil noodles 酸辣粉 Hot and sour rice noodles 热狗套餐 Hot dog set meal			干锅小炒鸡 Dry pot chicken 农家小炒肉盖浇饭 Spicy stir-fried pork with rice	

带量菜单（单位：克）

	周一		周二		周三		周四		周五	
	2026.11.23		2026.11.24		2026.11.25		2026.11.26		2026.11.27	
1-2年级套餐	红烧小肉圆	100	鸡肉汉堡	180	番茄土豆炖牛腩	100	肉酱意大利面	180	京酱肉丝	100
	雪花鸡柳	100	小酥肉	100	油面筋塞肉	100	上校鸡块	100	蜜汁鸭翅根	100
	清炒小青菜	120	青椒素肠肉片	120	红烧萝卜	120	干锅花菜肉片	120	清炒牛心菜	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	小酥肉	100	油面筋塞肉	100	上校鸡块	100	蜜汁鸭翅根	100
	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	清炒牛心菜	120
	米饭	180	米饭	180	米饭	180	米饭	180	米饭	180
中餐2（3-12年级）	红烧大排	100	五彩虾仁	100	本帮酱鸭	100	香干烧肉	100	咖喱土豆牛腩	100
	番茄炒蛋	120	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
	上海炒酱	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	清炒牛心菜	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	**咖喱鸡排饭**		热狗面包	180	**照烧鸡盖浇饭**		红葱酱鸡肉炒饭	180
	烤鸭腿	100	咖喱	60	雪花鸡柳	100	鸡腿肉	200	火山石烤肠	100
	干锅花菜	120	牛奶	60	西芹炒肉片	120	鸡蛋	80	素肠肉片	120
	香菇青菜	120	杂豆	30	三丝绿豆芽	120	西兰花	100	番茄西葫芦	120
	薯条	50	饭	150	狼牙土豆	50	米饭	150	烤土豆	50
			鸡排	80						
			胡萝卜	30						
			西兰花	30						
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**		**菌菇牛肉面**	
	红烧大排	100	本帮酱鸭	100	红烧大肉	100	红烧鸡腿	100	菌菇牛肉	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	荠菜豆腐羹	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	老婆饼	50	蔓越莓米糕	50	甜甜圈	50	小餐包	50

本周特色餐

3-5年级特色餐

番茄鸡蛋肉丁烩面鱼	
鸡蛋	100
肉丁	50
鸡腿	120
番茄	50
土豆	50
洋葱	50
杏鲍菇	50
面条	150

6-12年级特色餐

油泼面	
鸡毛菜	100
黄豆芽	50
炸猪排	120
刀削面	150
点心	50

酸辣粉	
粉丝	150
牛肉粒	50
黄金	30
酸豆角	30
机百叶	50
鸡毛菜	50
午餐肉	50
鹌鹑蛋	30
贡丸	30
鱼丸	30

热狗套餐	
热狗面包	60
热狗肠	100
原味鸡快	100
玉米棒	80
西兰花	50
圣女果	50

干锅小炒鸡	
鸡肉	200
青线椒	100
红线椒	100
红洋葱	100
米饭	180
点心	50

农家小炒肉盖浇饭	
猪肉	200
青线椒	100
红线椒	100
鸡蛋	80
西兰花	100
米饭	180
点心	50