



学生食谱

2018年9月17-21日

	午餐	晚餐
周一	番茄意面 德国香肠、生菜沙拉	广东炒饭
周二	肉酱千层面 烤鸡腿、四季豆	番茄意面 意式香肠、豆子
周三	意式土豆年糕 煎猪扒、四季豆	意式香肠披萨
周四	肉酱意面 煮柠檬肉排、生番茄	肉酱千层面 煮青豆
周五	广东炒饭 生胡萝卜丝	



学生食谱

2018年9月24-28日

	午餐	晚餐
周一	水饺	意式汤面 火腿, 沙拉
周二	肉酱千层面 煎猪扒、四季豆	米饭 奶酪、豌豆
周三	中式午餐 四季豆	番茄意面 金枪鱼、披萨
周四	肉酱意面 烧鸡块、玉米	意式汤面 奶酪、意式香肠
周五	中式米饭 四季豆	