

周一菜单 (05月03日)

Monday Menu

橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals

大荤 Big Meat	毛血旺 (毛肚70克、鸭血20克、方腿30克、豆芽50克) Duck Blood in Chili Sauce
	炸鸡腿 (鸡腿1个) Deep-fried Chicken Leg
小荤 Small Meat	回锅肉片 (洋葱100克、猪肉20克、青椒10克) Sautéed Sliced Pork with Green Pepper and Onion
素菜 Vegetable	上汤苋菜 (苋菜150克) Amaranth in Soup
	青椒土豆丝 (土豆100克、青椒10克) Stir-fried Shredded Potato with Green Pepper
主食 Staple Food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains
汤羹 Soup	番茄蛋汤 (番茄50克、鸡蛋20克) Tomato and Egg Soup
水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt

周二菜单 (05月04日)

Tuesday Menu

橙色部分为新菜

西式套餐 Western meals	
前菜 Appetizer	韩式泡菜配西兰花 (泡菜40克、西兰花50克) Kimchi with Boiled Broccoli
主菜 Main Course	韩式杂烩烤牛肉 (牛肉60克、洋葱15克、西葫芦15克、红菜椒10克、黄彩椒5克) Braised Beef with Vegetables
副菜 Side Dishes	韩式烤肉 (猪肉60克) Roast Pork
主食 Staple Food	韩式部队火锅 (年糕条20克、金针菇10克、泡菜10克、牛肉10克、火腿5克、鹌鹑蛋5克、生菜5克、泡面80克) korean Hotpot
甜点 Desert	布朗尼 Brownie
汤 Soup	韩式辣白菜豆腐汤 (辣白菜15克、豆腐20克) Kimchi and Tofu Soup
水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	水果 (水果100克) Fruit

周三菜单 (05月05日)

Wednesday Menu


橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals

大荤 Big Meat	椒盐仔排 (仔排80克) Fried Spare Ribs with Pepper and Salt
	特色酱鸭 (鸭肉100克) Duck Seasoned with Soy Sauce
小荤 Small Meat	麻辣豆腐 (豆腐100克、肉末20克、香菇10克) Bean Curd with Hot Pepper
素菜 Vegetable	大白菜 (大白菜150克) Stir-fried Chinese Cabbage
	干锅有机花菜 (有机花菜100克) Stir-fried Cauliflower
主食 Staple food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains
汤羹 Soup	紫菜蛋汤 (紫菜20克、鸡蛋20克) Nori and Egg Soup
水果/酸奶 Fruit/Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt

周四菜单 (05月06日)


Thursday Menu

 橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals		西式套餐 Western meals	
大荤 Big Meat	茭白煨肉 (茭白50克、猪肉80克) Stewed Pork with Cane Shoots	前菜 Appetizer	西兰花配胡萝卜 (西兰花60克、胡萝卜15克) Braised Broccoli with Carrots
	蒜香基围虾 (基围虾100克) Braised Shrimp with Mashed Garlic		
小荤 Small Meat	肉末炒粉丝 (肉末20克、粉丝50克) Stir-fried Minced Pork with Bean Vermicelli	主菜 Main Course	台式香卤鸡腿 (鸡腿1个) Marinated Chicken Drumstick
素菜 Vegetable	葱爆茼蒿 (茼蒿100克) Quick-fried Lettuce with Scallion in Ginger Sauce	副菜 Side Dishes	台式烤肠 (烤肠1根) Grilled Sausages
	青菜 (青菜150克) Stir-fried Greens		
主食 Staple Food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice	主食 Staple Food	台湾卤肉饭 (米饭80克、猪肉30克、鹌鹑蛋15克、香干10克) Braised Pork Rice
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains	甜点 Desert	蛋糕 Cake
汤羹 Soup	西湖牛肉羹 (牛肉10克、番茄50克) Beef Soup	汤 Soup	鱼丸汤 (鱼丸30克) Fish Ball Soup
水果/酸奶 Fruit/Yogurt	水果 (水果100克) Fruit	水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	水果 (水果100克) Fruit

周五菜单 (05月07日)

Friday Menu

 橙色部分为新菜

中式套餐 Chinese meals		西式套餐 Western meals	
大荤 Big Meat	土豆焖牛腩 (土豆50克、牛腩75克) Braised Beef with Potato	前菜 Appetizer	 蒜蓉烤茄子 (茄子60克) Roast Eggplant with Mashed Garlic
	百叶卷肉 (肉末75克、百叶50克) Pork and Beancurd Leaf Rolls		
小荤 Small Meat	番茄炒蛋 (番茄120克、鸡蛋60克) Stir-fried Eggs with Tomato	主菜 Main Course	孜然烤肉 (猪肉70克) Roast Pork with Cumin
素菜 Vegetable	毛白菜 (毛白菜150克) Stir-fried Chinese Cabbage	副菜 Side Dishes	香酥鱼柳 (龙利鱼60克) Fried Sole Fish
	青椒土豆丝 (土豆100克、青椒10克) Stir-fried Shredded Potato with Green Pepper		
主食 Staple Food	米饭 (米饭100克) Steamed Rice	主食 Staple Food	鸡排汉堡 (汉堡胚1个、鸡肉40克、生菜10克、番茄20克) Chicken Hamburger
杂粮 Coarse Cereals	粗粮 (100克) Coarse Grains	甜点 Desert	蛋挞 Egg Tarts
汤羹 Soup	冬瓜海带汤 (冬瓜50克、海带10克) White Gourd and Kelp Soup	汤 Soup	胡萝卜奶油汤 (胡萝卜30克) Cream of Carrot Soup
水果/酸奶 Fruit/Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt	水果/酸奶 Fruit/ Yogurt	酸奶 (酸奶90克) Yogurt