

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|----------|-------------------|--------------------|--------|--------------------|--------------------|---------|----------|--------------------|--------|------|--------------------|--------|
| 晚餐 A (套餐饭) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | 晚餐 B (石锅) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | 晚餐 C (馄饨) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | 晚餐 D (汉堡) 一楼 | 食谱 | 食物带量 | | |
| | 剁椒肉沫豆腐蒸菜 | 肉末40克、鸡蛋40克、豆腐20克 | | 二选一 | 石锅奥尔良腿排 | | 鸡腿肉100g | 番茄青菜鲜肉馄饨 | | 馄饨380克 | 二选一 | 香辣鸡腿堡 | 汉堡胚70克 |
| | 手打牛肉丸 | 牛肉丸80克 | | 石锅孜然肉片 | 肉片100g | | 奥尔良汉堡 | | | | | 汉堡胚70克 | |
| | 鸭血豆腐 | 豆腐60克、鸭血40克 | | 石锅小炒肉 | 五花肉100g | | 配菜 | | | | | 土豆、胡萝卜、洋葱、黄豆芽共150克 | 鸡腿肉90克 |
| | 豉汁炒时蔬 | 时蔬100克 | | 配菜 | 土豆、胡萝卜、洋葱、黄豆芽共150克 | | 米饭 | 米饭120 | | 鸡腿肉90克 | 面包 | 80克 | |
| 米饭 | 米饭120克 | 紫菜蛋花汤 | 紫菜蛋花25克 | 米饭 | 米饭120 | 馄饨汤 | 200克 | 柠檬水 | 400ml | | | | |

2026年3月11日 (周三) 菜单

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|---------|--------|------------|------|-----|--------|------|---------------------|--------------------|-------|--------------------|--------------------|--------|---------------------|---------------------|--------------------|--------------------|-----|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------|----------|----------|--------|--------|--------|
| 早餐 A 一楼 | 九选三 | 食谱 | 食物带量 | 早餐 B 一楼 | 二选一 | 三明治 | 吐司 | 40克 | 午餐 A (套餐饭) 一楼 | 午餐 B (面条) 一楼 | 二选一 | 午餐 C (米线) 一楼 | 午餐 D (汉堡) 一楼 | 二选一 | 午餐 E (套餐饭) 二楼 | 午餐 F (热卤饭) 二楼 | 午餐 G (米线) 二楼 | 午餐 H (胃菜) 二楼 | 二选一 | 晚餐 A (套餐饭) 二楼 | 晚餐 B (石锅) 二楼 | 晚餐 C (馄饨) 二楼 | 晚餐 D (汉堡) 一楼 | | | | | | |
| | | 松松蛋糕 | 蛋糕70克 | | | | 鸡蛋 | 25克 | | | | | | | | | | | | | | | | 茄子锅包肉 | 锅包肉100克 | 酱汁烧鸭腿盖浇饭 | 鸭腿100克 | 香辣鸡腿堡 | 汉堡胚70克 |
| | | 梅干菜肉包 | 肉包85克 | | | | 烧麦 | 65克 | | | | | | | | | | | | | | | | 农家蛋饺 | 农家蛋饺100克 | 农家炒蛋 | 100g | 奥尔良汉堡 | 汉堡胚70克 |
| | | 薯饼 | 薯饼50克 | | | | 烧麦 | 65克 | | | | | | | | | | | | | | | | 十叶豆腐 | 豆腐80克 | 时蔬 | 40g | 奥尔良汉堡 | 汉堡胚70克 |
| | | 烧麦 | 65克 | | | 高粱头 | 高粱头50克 | 肉片 | | | | | | | | | | | | | | | | 10克 | 时蔬 | 30g | 奥尔良汉堡 | 汉堡胚70克 | |
| | | 菜包 | 菜包85克 | | | 菜包 | 85克 | 胡萝卜片 | | | | | | | | | | | | | | | | 10克 | 面条 | 180克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | |
| | | 玉米饼 | 玉米饼95克 | | | 玉米饼 | 95克 | 豆芽粉丝 | | 豆芽30克、粉丝70克 | 烧汁鸡腿面 | 面条180克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 茶叶蛋 | 鸡蛋50克 | | | 米饭 | 120克 | 山药 | | 60克 | 米饭 | 120克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 白米粥 | 白米粥200克 | 豆饭 | | 120克 | 白米粥 | 200克 | 豆饭 | | 200克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 豆饭 | 200克 | 豆饭 | | 200克 | 白米粥 | 200克 | 豆饭 | | 200克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

2026年3月12日 (周四) 菜单

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|-----|------|---------|------------|------|-----|------|-------|---------------------|--------------------|-------|--------------------|--------------------|--------|---------------------|---------------------|--------------------|--------------------|-----|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|---------|--------|------|--------|--------|--------|
| 早餐 A 一楼 | 九选三 | 食谱 | 食物带量 | 早餐 B 一楼 | 二选一 | 三明治 | 吐司 | 40克 | 午餐 A (套餐饭) 一楼 | 午餐 B (面条) 一楼 | 二选一 | 午餐 C (米线) 一楼 | 午餐 D (汉堡) 一楼 | 二选一 | 午餐 E (套餐饭) 二楼 | 午餐 F (热卤饭) 二楼 | 午餐 G (米线) 二楼 | 午餐 H (胃菜) 二楼 | 二选一 | 晚餐 A (套餐饭) 二楼 | 晚餐 B (石锅) 二楼 | 晚餐 C (馄饨) 二楼 | 晚餐 D (汉堡) 一楼 | | | | | | |
| | | 奶黄包 | 奶黄包80克 | | | | 鸡蛋 | 25克 | | | | | | | | | | | | | | | | 辣汁鸭块 | 鸭块100克 | 酱烤鸡 | 鸡腿100克 | 香辣鸡腿堡 | 汉堡胚70克 |
| | | 黑米糕 | 黑米糕70克 | | | | 烧麦 | 65克 | | | | | | | | | | | | | | | | 椒盐排骨 | 排骨100克 | 八宝辣酱 | 100g | 奥尔良汉堡 | 汉堡胚70克 |
| | | 菜包 | 菜包85克 | | | | 烧麦 | 65克 | | | | | | | | | | | | | | | | 椒盐排骨 | 排骨100克 | 时蔬 | 40g | 奥尔良汉堡 | 汉堡胚70克 |
| | | 肉包 | 肉包85克 | | | 春卷 | 70克 | 石锅猪软骨 | | | | | | | | | | | | | | | | 猪软骨100g | 米饭 | 120克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | |
| | | 手抓饼 | 手抓饼35克 | | | 手抓饼 | 35克 | 石锅小鲜肉 | | | | | | | | | | | | | | | | 豉香肉100g | 酸辣汤 | 25克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | |
| | | 茶叶蛋 | 鸡蛋50克 | | | 米饭 | 120克 | 配菜 | | 土豆、胡萝卜、洋葱、黄豆芽共150克 | 米饭 | 120 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 白米粥 | 白米粥200克 | | | 米饭 | 120克 | 米饭 | | 120 | 馄饨汤 | 200克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 豆饭 | 200克 | 豆饭 | | 200克 | 白米粥 | 200克 | 豆饭 | | 200克 | 奥尔良汉堡 | 鸡腿肉90克 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|---------|--------|----------------------|--------------------|-----|--------|--------------------|--------------|--------|--------------------|------------|-------|--------|--------------------|------|--------|--------|------|-------|
| | | 咸菜鸡蛋汤 | 咸菜鸡蛋25克 | | | 咸菜鸡蛋汤 | 咸菜鸡蛋25克 | | | 主食 | 豆粉、红薯粉三选一) | | | 米饭 | 120g | | | | |
| 晚餐 A (套餐饭) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | | 晚餐 B (石锅) 二楼 | 二选一 | 食谱 | | 食物带量 | | 晚餐 C (馄饨) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | | 晚餐 D (汉堡) 二楼 | 二选一 | 食谱 | | 食物带量 | |
| | | 鱼香肉丝 | 肉丝100克、木耳丝20克、胡萝卜10克 | | | 招牌嫩滑鸡柳 | 鸡柳100g | 香锅青菜 鲜肉馄饨 | 馄饨380克 | | | 香辣鸡腿堡 | 汉堡胚70克 | | | 鸡腿肉90克 | | | |
| | | 芥菜香干肉丝 | 芥菜60克、香干30克、肉丝10克 | | | 石锅芝士肉肠 | 芝士肉肠100g | | | | | | 奥尔良汉堡 | | | 汉堡胚70克 | 鸡腿肉90克 | | |
| | | 干锅包菜肉片 | 包菜80克、肉片20克 | | | 石锅麻辣肉片 | 肉片100g | | | | | | | | | 面包 | 80克 | 柠檬水 | 400ml |
| | | 清炒杭白菜 | 杭白菜100克 | | | 配菜 | 土豆、胡萝卜、洋葱、黄豆芽共150克 | 馄饨汤200克 | | | | | | | | | | | |
| | | 米饭 | 米饭120克 | | | 米饭 | 米饭120克 | | | | | | | | | | | | |
| 咸菜鸡蛋羹 | 咸菜鸡蛋25克 | 咸菜鸡蛋汤 | 咸菜鸡蛋25克 | | | | | | | | | | | | | | | | |

2026年3月13日 (周五) 菜单

| | | | | | | | |
|------------|--------|---------|---------|------------|-----|------|--------|
| 早餐 A 一楼 | 九选三 | 食谱 | 食物带量 | 早餐 B 一楼 | 二选一 | 食谱 | 食物带量 |
| | | 菜包 | 菜包85克 | | | 三明治 | 吐司40克 |
| | | 桂花糕 | 桂花糕100克 | | | | 鸡蛋25克 |
| | | 肉包 | 肉包85克 | | | | 肉松20克 |
| | | 烧麦 | 烧麦65克 | | | 肉松面包 | 沙司5克 |
| | | 油条 | 油条50克 | | | | 面包胚70克 |
| 卡通包 | 卡通包70克 | 肉松20克 | | | | | |
| 菠萝包 | 菠萝包70克 | 豆浆 | 豆浆200克 | | | | |
| 茶叶蛋 | 鸡蛋50克 | | 白米粥 | 米粥200克 | | | |
| 烤南瓜 | 南瓜60克 | | | | | | |
| 二选一 | 玉米粥 | 玉米粥200克 | | | | | |
| | 豆浆 | 豆浆200克 | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|---------|------|---------|--------------------|----|--------|------------|---------------------|----|--------|----------|--------------------|-----|-------|--------|--------|--------|
| 午餐 A (套餐饭) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | | 午餐 B (面条) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | | 午餐 C (盖浇饭) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | | 午餐 D (汉堡) 二楼 | 二选一 | 食谱 | | 食物带量 | |
| | | 酱汁大肉 | 大肉100克 | | | 香烤鸭腿面 | 鸭腿100克 | | | 菠萝咕咾肉饭 | 咕咾肉100克 | | | 香辣鸡腿堡 | 汉堡胚70克 | 鸡腿肉90克 | |
| | | 宫保鸡丁 | 鸡肉丁100克 | | | | 云吞40克 | | | | 菠萝10克 | | | | 奥尔良汉堡 | 汉堡胚70克 | 鸡腿肉90克 |
| | | 葱油海带 | 海带90克 | | | | 肉末30克 | | | | 菜肉三丝100克 | | | | | 时蔬40克 | 面包 |
| | | 芥兰 | 芥兰100克 | | | 面条180克 | 香烤鸡腿面汤200克 | | | 米饭120克 | 紫菜鸡蛋汤25g | | | 标配 | | | |
| | | 米饭 | 米饭120克 | | | | | | | | | | | | | | |
| 紫菜鸡蛋羹 | 紫菜鸡蛋25克 | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|----|---------|--------------------|---------------------|-----|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------|-----|---------------------|-----|------|------------------|--------------|
| 午餐 E (石锅) 二楼 | 食谱 | 食物带量 | | 午餐 F (热卤饭) 二楼 | 二选一 | 食谱 | | 食物带量 | | 午餐 G (米线) 二楼 | 二选一 | 食谱 | | 食物带量 | | |
| | | 石锅金针肉卷 | 肉卷100克、金针菇20克 | | | 宫爆鸡丁饭 | 鸡腿肉100克、胡萝卜20克、黄瓜20克 | 特色炸猪排 | 大排100克 | | | 午餐 H (胃菜) 二楼 | 二选一 | 荤菜类 | 小酥肉、荷包蛋、热狗肠共150g | |
| | | 石锅奥尔良腿排 | 腿排100g | | | | 酱汁鸭腿饭 | | 鸭腿100克 | | | | | | 鹌鹑蛋烩肉圆 | 肉圆80克、鹌鹑蛋40克 |
| | | 配菜 | 土豆、胡萝卜、洋葱、黄豆芽共150克 | | | 时蔬150克、鸡蛋20克 | | 标配 | 主食 | | | 180克(米粉、土豆粉、红薯粉三选一) | 米饭 | 120g | | |
| | | 米饭 | 米饭120克 | | | 米饭 | | | | | | 米饭120克 | | | | |
| | | 香菜豆腐汤 | 香菜豆腐25克 | | | 香菜豆腐羹 | 香菜豆腐25克 | | | | | | | | | |

2026年3月9日~3月13日 (周一~周五) 面包房菜单

| 小吃类 | 面包类 | 饼干类 | 饮品类 | 蛋糕类 |
|---------|--------|--------|------|-------|
| 烤肠 | 华夫饼 | 奶香片 | 酸梅汤 | 豆乳盒子 |
| 爆蛋墨鱼丸 | 巧克力可颂 | 芝士棒 | 柠檬水 | 木糠盒子 |
| 蓝莓蛋挞 | 甜甜圈 | 蝴蝶酥 | 橙C | 小四寸蛋糕 |
| 黑椒鸡块 | 肉松面包 | 蟹黄锅巴 | 柠檬红茶 | 半熟芝士 |
| 鸡腿卷 | 海苔肉松 | 雪花酥 | 奶茶 | |
| 炸鸡腿 | 三明治 | 巧克力豆曲奇 | 椰奶 | |
| 韩式炸鸡 | 巧克力麻薯 | 爆浆巧克力球 | 热可可 | |
| 虾排 | 热狗披萨面包 | 蔓越莓饼干 | | |
| 蟹脚棒 | 火腿松松面包 | 巴旦木薄饼 | | |
| 鸡肉卷 | 奥利奥面包 | 提子奶酥 | | |
| 香辣鸡腿汉堡 | 猪排面包 | 小花曲奇 | | |
| 奥尔良腿排汉堡 | 芝士培根面包 | | | |
| 大鸡排 | 芝士腿排面包 | | | |
| 虾排汉堡 | | | | |