

日期	餐点	套餐
2026-03-04 星期三	午餐	红烧或清蒸鸡腿
		粉干
		椒盐土豆块
		肉饼蒸蛋
		炒青菜
		山药木耳
	晚餐	鸡排
		嫩豆腐
		芹菜鱼豆腐
		小黄鱼
		玉米蚕豆
2026-03-05 星期四	午餐	红烧肉
		煎带鱼
		芹菜炒墨鱼
		干煸花菜
		笋干
		香菇炒肉
		炒青菜
	晚餐	红烧或清蒸鸡腿
		猪腿
		糖醋大白菜
		黄瓜
2026-03-06 星期五	午餐	香肠炒蛋
		海带丝
		虾
		椒盐鸡翅
		炒土豆丝
		韭黄豆腐干
	黄叶菜	
	平菇	

I镇初级中学学生(2026-03-04至2026-03-06)配餐方案

食材组成	份数
鸡腿50g	334
甘薯粉10g	334
马铃薯70g	334
猪肉(肥瘦)80g/鸡蛋(均值)50g	334
小白菜75g	334
木耳(干)10g/山药90g/胡萝卜(红)10g	334
鸡排10g	292
豆腐(南)10g	292
鱼豆腐10g/芹菜(白茎)10g	292
黄鱼(小黄花鱼)10g	292
青豆10g/玉米粒(黄、干)40g/胡萝卜(红)10g	292
鸡蛋(均值)70g/番茄120g	292
猪肉(腿)120g	334
带鱼50g	334
墨鱼(干)10g/芹菜(白茎)10g	334
白花菜60g	334
笋干10g	334
猪肉(肥瘦)10g/香菇10g	334
小白菜75g	334
鸡腿50g	292
猪肉(腿)20g	292
大白菜(均值)100g	292
黄瓜10g	292
鸡蛋(均值)50g/香肠100g	292
海带(浸)120g/辣椒(红,尖,干)2g	292
对虾100g	334
鸡翅50g	334
辣椒(青,尖)20g/马铃薯80g	334
豆腐干(均值)100g/韭黄30g	334
大白菜(均值)100g	334
平菇10g	334

商品名称
袋装圣农翅根(1kg)
红薯粉(地瓜粉)(斤)
大土豆(斤)
猪夹心肉(斤)
土鸡蛋(斤)
香菇菜(斤)
干黑木耳(斤)
毛山药(斤)
胡萝卜(斤)
袋装学子膳卡兹脆鸡排100克(2.1kg, 21片)
嫩豆腐(斤)
鱼豆腐(斤)
本地芹菜(斤)
1.5-2两小黄鱼(斤)
袋装天任青豆(1kg)
袋装天任玉米粒(1kg)
胡萝卜(斤)
土鸡蛋(斤)
西红柿(斤)
猪腿肉(斤)
7两左右新鲜带鱼(去头去内脏)(斤)
墨鱼干(斤)
本地芹菜(斤)
散花菜(斤)
湿笋干(斤)
猪五花肉(斤)
新鲜香菇(斤)
香菇菜(斤)
袋装圣农翅根(1kg)
猪腿肉(斤)
大白菜(斤)
黄瓜(斤)
鸡蛋(斤)
双汇午餐方腿香肠(350g)(只)
水发海带丝(斤)
干辣椒(好)(斤)
活对虾(30只左右)(斤)
箱装德汇鸡翅根(1kg*10, 每包约15个)
小尖椒(斤)
大土豆(斤)
豆腐干(厚)(斤)
韭黄(斤)
黄叶菜(斤)
平菇(斤)

总量(kg)
鸡腿50g*334=16.7kg
甘薯粉10g*334=3.34kg
马铃薯70g*334=23.38kg
猪肉(肥瘦)80g*334=26.72kg
鸡蛋(均值)50g*334=16.7kg
小白菜75g*334=25.05kg
木耳(干)10g*334=3.34kg
山药90g*334=30.06kg
胡萝卜(红)10g*334=3.34kg
鸡排10g*292=2.92kg
豆腐(南)10g*292=2.92kg
鱼豆腐10g*292=2.92kg
芹菜(白茎)10g*292=2.92kg
黄鱼(小黄花鱼)10g*292=2.92kg
青豆10g*292=2.92kg
玉米粒(黄、干)40g*292=11.68kg
胡萝卜(红)10g*292=2.92kg
鸡蛋(均值)70g*292=20.44kg
番茄120g*292=35.04kg
猪肉(腿)120g*334=40.08kg
带鱼50g*334=16.7kg
墨鱼(干)10g*334=3.34kg
芹菜(白茎)10g*334=3.34kg
白花菜60g*334=20.04kg
笋干10g*334=3.34kg
猪肉(肥瘦)10g*334=3.34kg
香菇10g*334=3.34kg
小白菜75g*334=25.05kg
鸡腿50g*292=14.6kg
猪肉(腿)20g*292=5.84kg
大白菜(均值)100g*292=29.2kg
黄瓜10g*292=2.92kg
鸡蛋(均值)50g*292=14.6kg
香肠100g*292=29.2kg
海带(浸)120g*292=35.04kg
辣椒(红,尖,干)2g*292=0.584kg
对虾100g*334=33.4kg
鸡翅50g*334=16.7kg
辣椒(青,尖)20g*334=6.68kg
马铃薯80g*334=26.72kg
豆腐干(均值)100g*334=33.4kg
韭黄30g*334=10.02kg
大白菜(均值)100g*334=33.4kg
平菇10g*334=3.34kg