



每周食谱

12元

2024. 3. 11-3. 15

苏州老平江食府餐饮管理有限公司



3月11日

星期一

大荤：红烧肉圆
(配料：肉圆100克)

大荤：炒鸭丁
(配料：鸭丁80克辅料20克)

小荤：番茄炒蛋
(配料：番茄80克鸡蛋20克)

素菜：素冬瓜
(配料：冬瓜100克)

例汤：紫菜虾米汤

水果





3月12日

星期二

大荤：干锅老鸭
(配料：鸭100克)

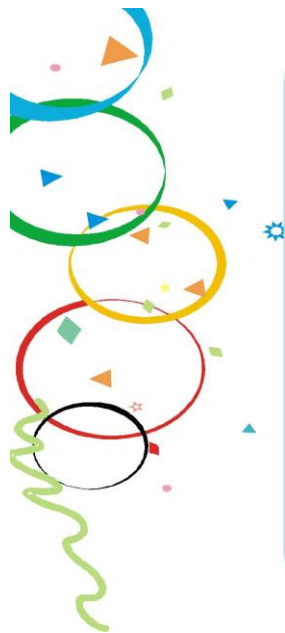
大荤：农家蛋饺
(配料：蛋饺100克)

小荤：蚂蚁上树
(配料：粉丝80克肉末20克)

素菜：双色银芽
(配料：双色银芽100克)

例汤：罗宋汤

酸奶



3月13日

星期三

主食：咖喱炒饭
(配料：主食150克辅料50克)

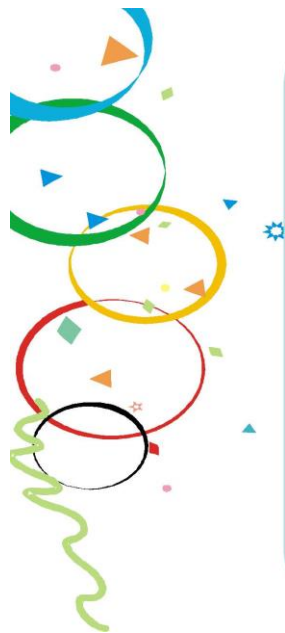
大荤：香酥鸡排
(配料：鸡排100克)

小荤：小白菜
(配料：小白菜100克)

例汤：牛肉粉丝汤

奶香馒头





3月14日

星期四

大荤：琵琶腿
(配料：鸡腿100克)

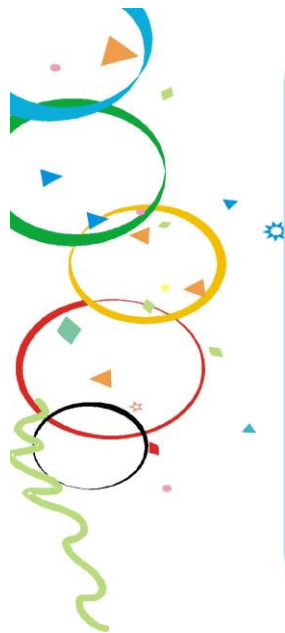
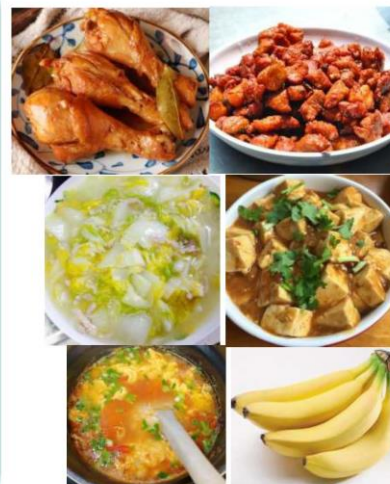
大荤：五香小炒肉
(配料：小炒肉100克)

小荤：白菜肉丝
(配料：白菜80克肉丝20克)

素菜：京烧豆腐
(配料：豆腐100克)

例汤：番茄蛋汤

水果



3月15日

星期五

大荤：红烧大排
(配料：大排100克)

大荤：肉末炖蛋
(配料：鸡蛋80克肉末20克)

小荤：酱爆鸡丁
(配料：鸡丁80克辅料20克)

素菜：杭式包菜
(配料：包菜100克)

例汤：扁尖肉丝汤

酸奶

