

时间	菜品
周一	猪肉（红烧肉，土豆烧肉，萝卜烧肉，辣椒炒肉，粉蒸肉）、选一个周二的菜
周二	韭菜炒鸡蛋，土豆、茄子、青菜、毛豆、黄瓜、花菜
周三	鱼肉（鲫鱼、翘嘴、草鱼）、选一个周二的菜
周四	番茄炒蛋、莴笋、豆角、藕、娃娃菜、瓠子
周五	牛肉（红烧牛肉、酱牛肉）、选一个周四的菜
周六	汤（鸡蛋肉汤、肉饼汤、排骨汤）配合萝卜、冬瓜、海带
周日	和周六一样