



除非另有说明，所有面包卷均为全谷物。所有餐点均配有牛奶或果汁。所有果汁均为 100%果汁

| 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
|---|---|---|---|--|
| <p>1)</p> <p>热食: 黑鱼片、炖西红柿、野米抓饭、抱子甘蓝、面包卷、苹果酱</p> <p>冷盘: 柠檬罗蒂尼配烤鸡、蔬菜沙拉、番茄角、面包卷、苹果酱</p> <p>素食: 炒豆腐和蔬菜、炖西红柿、野米抓饭、抱子甘蓝、面包卷、苹果酱</p> | <p>2)</p> <p>热食: 全牛肉芝士汉堡、薯角、青豆、小麦面包</p> <p>冷盘: 海鲜意大利面沙拉、胡萝卜葡萄干沙拉、三豆沙拉、面包卷</p> <p>素食: 素食汉堡配奶酪、薯角、青豆、小麦面包</p> | <p>3)</p> <p>热食: 咖喱鸡、糙米抓饭、青豆、面包卷、整个橙子</p> <p>冷盘: 三文鱼块配番茄酱、凯撒沙拉、凉拌卷心菜、面包卷、整个橙子</p> <p>素食: 纯素咖喱鸡、糙米抓饭、青豆、面包卷、整个橙子</p> <p>汤日: 番茄蔬菜</p> | <p>4)</p> <p> 热食: 夏威夷釉面猪肉、土豆泥、蜂蜜烤胡萝卜、黑豆、玉米面包</p> <p>冷盘: 照烧捞面配鸡肉、腌制鹰嘴豆、番茄角、全麦卷</p> <p>素食: 烤蔬菜和豆类酿番茄、土豆泥、蜂蜜烤胡萝卜、黑豆、玉米面包</p> | <p>5)</p> <p>热食: 索尔兹伯里牛排和肉汁、烤红薯、菠菜、玉米、饼干、整个梨</p> <p>冷盘: 火鸡胸肉和切达干酪、野米沙拉、腌制番茄沙拉、黄瓜片、面包卷、整个梨</p> <p>素食: 纯素索尔兹伯里牛排和肉汁、烤红薯、菠菜、玉米、饼干、整个梨</p> |
| <p>8)</p> <p>热门: 帕尔马干酪鸡肉，酱汁意大利面、意大利蔬菜、蔬菜沙拉、大蒜面包棒、整个苹果</p> <p>冷盘: 烤金枪鱼意大利面沙拉、青豆沙拉、炖西红柿、面包卷、整个苹果</p> <p>素食: 意大利面南瓜烤宽面条、意大利蔬菜、蔬菜沙拉、大蒜面包棒、整个苹果</p> | <p>9)</p> <p> 热食: 闷猪排、小烤土豆、油菜、蔬菜沙拉、面包卷、桃子丁</p> <p>冷盘: 烤鸡胸肉卷、蔬菜沙拉、腌西兰花、桃丁</p> <p>素食: 素食汉堡配蔬菜汁、扇贝土豆、秋葵和西红柿、蔬菜沙拉、面包卷、桃子丁</p> | <p>10)</p> <p>热食: 肉饼、土豆泥、胡萝卜、羽衣甘蓝、面包卷、梨丁</p> <p>冷盘: 加州鸡肉沙拉配杏仁和葡萄，蔬菜沙拉、腌西兰花、三明治卷、梨丁</p> <p>素食: 纯素肉饼、土豆泥、胡萝卜、羽衣甘蓝、面包卷、梨丁</p> | <p>11)</p> <p>热食: 烤比目鱼、野米抓饭、炒羽衣甘蓝、蔬菜沙拉、三明治面包</p> <p>冷盘: 蟹肉意大利面沙拉，三豆沙拉、胡萝卜葡萄干沙拉、面包卷</p> <p>素食: 豆腐黑豆酱、糙米抓饭、炒羽衣甘蓝、蔬菜沙拉、三明治包</p> | <p>12)</p> <p>热食: 国王牧场通心粉和奶酪配烤鸡肉和辣椒、抱子甘蓝、玉米、帕克卷、草莓片</p> <p>冷盘: 烤牛肉和切达干酪、希腊土豆沙拉 (不含蛋黄酱)、甜菜片、三明治面包、草莓片</p> <p>素食: 国王牧场通心粉和奶酪配纯素烤鸡肉和辣椒、球芽甘蓝、玉米、帕克卷、草莓片</p> |

| | | | | |
|---|--|--|---|--|
| <p>15)</p> <p>热食: 鸡肉烤肉串、米粒面配柠檬莼萝酱、烤胡萝卜、希腊青豆、皮塔面包、整个橙子</p> <p>冷盘: 尼斯三文鱼, 沙拉配半熟鸡蛋、番茄、青豆、烤小胡萝卜、黄瓜和黑橄榄沙拉)、皮塔饼面包、整个橙子</p> <p>素食: 纯素鸡肉烤肉串, 米粒意大利面配柠檬莼萝酱、烤胡萝卜、希腊式青豆、皮塔饼面包、整个橙子</p> | <p>16)</p> <p>热食: 炖牛肉配蔬菜、干小麦、卡普里岛蔬菜、蔬菜沙拉、面包卷</p> <p>冷盘: 烤鸡腿、干小麦、腌制番茄沙拉、黄瓜片、面包卷</p> <p>素食: 纯素炖牛肉配蔬菜、干小麦、卡普里岛蔬菜、面包卷</p> | <p>17)</p> <p>热食: 烤比目鱼、热法罗沙拉、青豆、炖西红柿、面包卷、苹果酱</p> <p>冷盘: 咖喱鸡肉沙拉、野米沙拉、腌制番茄沙拉、黄瓜片、面包卷、苹果酱</p> <p>素食: 蔬菜、奶酪和扁豆酿辣椒、温热的法罗沙拉、青豆、炖西红柿、面包卷、苹果酱</p> <p style="text-align: center;">生日蛋糕!</p> | <p>18)</p> <p>热食: 烧烤牛肉尖、扇贝土豆、秋葵配西红柿、蔬菜沙拉、面包卷</p> <p>冷盘: 烤鸡胸肉、蔬菜沙拉、腌西兰花、面包卷</p> <p>素食: 纯素烧烤“牛肉”小贴士、扇贝土豆、秋葵配西红柿、蔬菜沙拉、面包卷</p> | <p>19)</p> <p>热食: 鸡肉法吉塔、墨西哥绿米、黑豆、胡萝卜片、玉米饼、水果鸡尾酒</p> <p>冷盘: 鸡蛋沙拉、三明治面包、凯撒沙拉、凉拌卷心菜、水果鸡尾酒</p> <p>素食: 纯素鸡肉法吉塔、墨西哥绿米、黑豆、胡萝卜片、玉米饼、水果鸡尾酒</p> |
| <p>22)</p> <p>热食: 卡津鱼片、小麦面包、羽衣甘蓝、凉拌卷心菜、梨丁</p> <p>冷盘: 烤牛肉和普罗伏龙干酪搭配全麦卷、土豆沙拉、凯撒沙拉、梨丁</p> <p>素食: 炖扁豆和纯素鸡肉、全麦卷、凉拌卷心菜、凉拌卷心菜、梨丁</p> | <p>23)</p> <p>热食: 马沙拉鸡、野米抓饭、小胡萝卜、青豆</p> <p>冷盘: 火腿瑞士土豆面包、土豆沙拉、小胡萝卜</p> <p>素食: 纯素马沙拉鸡、野米抓饭、小胡萝卜、青豆</p> | <p>24)</p> <p>热食: 牛肉马铃薯片、薯角、基拉戈岛蔬菜、土豆卷、整个苹果</p> <p>冷盘: 柠檬刺山柑宽面条意大利面, 沙拉配烤鸡肉, 甜菜片、黑豆和玉米沙拉、玉米面包、整个苹果</p> <p>素食: 纯素牛肉马铃薯片、薯角、基拉戈岛蔬菜、土豆卷、整个苹果</p> | <p>25)</p> <p>热食: 鸡肉阿拉王配蔬菜、抓饭、菠菜、面包卷</p> <p>冷盘: 白软干酪鸡蛋沙拉 (不含蛋黄酱)、全麦面食沙拉、菠菜沙拉、胡萝卜葡萄干沙拉、面包卷</p> <p>素食: 蔬菜豆腐阿拉王、抓饭、菠菜、全麦卷</p> | <p>26)</p> <p>热食: 肉干层面、西兰花、蜡豆、面包棒、整个橙子</p> <p>冷盘: 三文鱼肉饼、三明治面包、凯撒沙拉、番茄角、整个橙子</p> <p>素食: 蔬菜千层面、西兰花、蜡豆、面包棒、整个橙子</p> |
| <p>29)</p> <p style="text-align: center;">品味世界</p> <p>热食: 黄油鸡、糙米、菠菜、花椰菜、印度烤饼、芒果丁</p> <p>冷盘: 印度罗非鱼、胡萝卜芥末沙拉、热尔他 (黄瓜酸奶沙拉)、蔬菜沙拉、印度烤饼、芒果丁</p> <p>素食: 纯素豆腐 蔽日雅尼, 菠菜、花椰菜、印度烤饼、芒果丁</p> <p style="text-align: center;">欢迎来到印度</p> | <p>30)</p> <p>热食: 柠檬胡椒罗非鱼、奶油汤团、蜡豆、加州蔬菜、玉米面包</p> <p>冷盘: 火鸡藜麦沙拉、黑豆玉米沙拉、蔬菜沙拉、饼干</p> <p>素食: 纯素柠檬胡椒鸡、奶油汤团、蜡豆、加州蔬菜、玉米面包</p> |  | | |