

昆山市陆家中学2018-2019学年第二学期食堂菜谱 【第10周】

教师餐饮	2019 - 4 - 22 周一	2019 - 4 - 23 周二	2019 - 4 - 24 周三	2019 - 4 - 25 周四	2019 - 4 - 26 周五
午餐	红烧脚爪	清蒸鸦片鱼	红烧山鸭	糖醋小排	爆鱼
	西红柿炒蛋	鱼香肉丝	剁椒鱼头	香炸鸡中翅	油泡
	青菜	生菜	橄榄菜	大白菜粉丝	韭菜豆芽
	青椒土豆丝	冬瓜	咸菜粉皮	菠菜	青菜
	野山菌榨菜肉丝汤	西红柿炒蛋	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	豆腐羹

学生餐饮	2019 - 4 - 22 周一	2019 - 4 - 23 周二	2019 - 4 - 24 周三	2019 - 4 - 25 周四	2019 - 4 - 26 周五
午餐	小炒肉	红烧山鸭	咖喱牛肉	剁椒鱼	香炸鸡米花
	肉末粉丝	包菜肉片	炖蛋	黄瓜木耳肉片	油泡
	青菜	生菜	橄榄菜	大白菜粉丝	绿豆芽
	土豆丝	红烧冬瓜	咸菜粉皮	菠菜	青菜
	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	紫菜蛋汤