

## 昆山市陆家中学2018-2019学年第二学期食堂菜谱 【第13周】

| 教师餐饮 | 2019 - 5 - 13 周一 | 2019 - 5 - 14 周二 | 2019 - 5 - 15 周三 | 2019 - 5 - 16 周四 | 2019 - 5 - 17 周五 |
|------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 午餐   | 糖醋带鱼             | 红烧鸡爪             | 黄焖鱼              | 糖醋小排             | 红烧基围虾            |
|      | 鱼香肉丝             | 炖蛋               | 油泡               | 宫保鸡丁             | 回锅肉              |
|      | 青菜               | 地三鲜              | 韭菜豆芽             | 油麦菜              | 青菜               |
|      | 豇豆               | 红烧冬瓜             | 橄榄菜              | 红烧萝卜             | 臭豆腐              |
|      | 紫菜蛋汤             | 西红柿蛋汤            | 豆腐羹              | 大白菜油茼蒿肉丝汤        | 紫菜蛋汤             |
|      |                  |                  |                  |                  |                  |

| 学生餐饮 | 2019 - 5 - 13 周一 | 2019 - 5 - 14 周二 | 2019 - 5 - 15 周三 | 2019 - 5 - 16 周四 | 2019 - 5 - 17 周五 |
|------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 午餐   | 小炒肉              | 香炸鸡米花            | 红烧基围虾            | 红烧山鸭             | 红烧鸡翅根            |
|      | 西葫芦木耳肉片          | 炖蛋               | 油泡               | 大白菜肉丝            | 肉末粉丝             |
|      | 青菜               | 生菜               | 绿豆芽              | 油麦菜              | 青菜               |
|      | 粉皮               | 冬瓜               | 橄榄菜              | 红烧萝卜             | 土豆丝              |
|      | 紫菜蛋汤             | 西红柿蛋汤            | 紫菜蛋汤             | 西红柿蛋汤            | 紫菜蛋汤             |
|      |                  |                  |                  |                  |                  |