

昆山市陆家中学2019-2020学年第二学期食堂菜谱【第3周】

教师餐饮	2020 - 4 - 13 周一	2020 - 4 - 14 周二	2020 - 4 - 15 周三	2020 - 4 - 16 周四	2020 - 4 - 17 周五	2020 - 4 - 18 周六
午餐	红烧肉	黄焖鱼	香炸鸡翅根	清蒸鸦片鱼	椒盐基围虾	洋葱鳊片
	莴笋炒蛋	回锅肉	洋葱牛肉	油泡	咖喱鸡	青椒肉丝
	青菜	橄榄菜	韭菜豆芽	咸菜粉皮	青菜	蒜苗圆豆
	胡葱豆腐	油焖茭白	蓬花菜	豇豆	水芹干丝	莴笋丝
	野山菌榨菜肉丝汤	西红柿蛋汤	冬瓜咸肉汤	豆腐羹	小排萝卜汤	小排冬瓜玉米汤

学生餐饮	2020 - 4 - 13 周一	2020 - 4 - 14 周二	2020 - 4 - 15 周三	2020 - 4 - 16 周四	2020 - 4 - 17 周五	2020 - 4 - 18 周六
午餐	香炸鸡米花	红烧狮子头	红烧鸡块	三色虾仁	红烧大排	椒盐基围虾
	大白菜肉丝	肉末粉丝	百叶	黄瓜肉片炒蛋	包菜肉片	青椒肉丝
	青菜	橄榄菜	豆芽	咸菜粉皮	青菜	大白菜粉丝
	红烧豆腐	冬瓜	生菜	杭白菜	小油豆腐	青菜