

昆山市陆家中学2019-2020学年第二学期食堂菜谱【第10周】

教师餐饮	2020 - 6 - 1 周一	2020 - 6 - 2 周二	2020 - 6 - 3 周三	2020 - 6 - 4 周四	2020 - 6 - 5 周五
午餐	红烧肉	爆鱼	红烧大排	香炸鸡腿	叉烧肉
	西红柿炒蛋	青椒肉丝	黄焖鸡	蒜苗牛肉	松板肉炒双菇
	青菜	红烧豆腐	韭菜豆芽	杭白菜	青菜
	小油豆腐	甘蓝菜	生菜	红烧萝卜	榨菜粉皮
	榨菜肉丝蛋汤	冬瓜咸肉汤	豆腐羹	西红柿蛋汤	罗宋汤

学生餐饮	2020 - 6 - 1 周一	2020 - 6 - 2 周二	2020 - 6 - 3 周三	2020 - 6 - 4 周四	2020 - 6 - 5 周五
午餐	香炸鸡排	清蒸香肠	红烧鸡块	椒盐基围虾	土豆牛肉
	西葫芦木耳肉片	西红柿炒蛋	肉沫粉丝	大白菜粉丝	黄瓜肉片炒蛋
	青菜	红烧豆腐	绿豆芽	杭白菜	青菜
	小油豆腐	甘蓝菜	生菜	红烧萝卜	红烧粉皮