

昆山市陆家中学2019-2020学年第二学期食堂菜谱【第11周】

| 教师餐饮 | 2020 - 6 - 8 周一 | 2020 - 6 - 9 周二 | 2020 - 6 - 10 周三 | 2020 - 6 - 11 周四 | 2020 - 6 - 12 周五 |
|------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|------------------|
| 午餐 | 红烧肉 | 鲜露基围虾 | 香炸鸡腿 | 红烧肉圆 | 白斩鸡 |
| | 莴笋炒蛋 | 百叶 | 有机花菜木耳肉片 | 炒双菇 | 洋葱猪肝 |
| | 青菜 | 甘蓝菜 | 杭白菜 | 海带干丝 | 青菜 |
| | 小油豆腐 | 红烧冬瓜 | 红烧萝卜 | 豇豆 | 红烧豆腐 |
| | 袖珍菇肉丝榨菜汤 | 西红柿蛋汤 | 咸菜肉丝蛋汤 | 豆腐羹 | 榨菜肉丝蛋汤 |
| | | | | | |

| 学生餐饮 | 2020 - 6 - 8 周一 | 2020 - 6 - 9 周二 | 2020 - 6 - 10 周三 | 2020 - 6 - 11 周四 | 2020 - 6 - 12 周五 |
|------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|------------------|
| 午餐 | 香炸鸡米花 | 红烧基围虾 | 清蒸鸡腿 | 红烧鸡块 | 红烧大排 |
| | 大白菜肉丝 | 西红柿炒蛋 | 西葫芦木耳肉片 | 肉沫粉丝 | 黄瓜肉片炒蛋 |
| | 青菜 | 甘蓝菜 | 杭白菜 | 海带干丝 | 青菜 |
| | 小油豆腐 | 红烧冬瓜 | 红烧萝卜 | 生菜 | 红烧豆腐 |
| | | | | | |
| | | | | | |