

昆山市陆家中学2019-2020学年第二学期食堂菜谱【第14周】

教师餐饮	2020 - 6 - 28 周日	2020 - 6 - 29 周一	2020 - 6 - 30 周二	2020 - 7 - 1 周三	2020 - 7 - 2 周四	2020 - 7 - 3 周五
午餐	剁椒鱼	红烧大排	椒盐基围虾	香炸鸡翅	红烧山鸭	白斩鸡
	大白菜肉皮肉丝	西红柿炒蛋	百叶	有机花菜肉片	青椒肉丝	咸鸭蛋
	青菜	红烧冬瓜	杭白菜	韭菜豆芽	油麦菜	青菜
	红烧油豆腐	豇豆	红烧萝卜	红烧豆腐	红烧粉皮	海带干丝
	榨菜肉丝蛋汤	豆腐羹	咸菜蛋皮肉丝汤	西红柿蛋汤	冬瓜咸肉汤	紫菜蛋汤

学生餐饮	2020 - 6 - 28 周日	2020 - 6 - 29 周一	2020 - 6 - 30 周二	2020 - 7 - 1 周三	2020 - 7 - 2 周四	2020 - 7 - 3 周五
午餐	香炸鸡排	清蒸腿排	椒盐基围虾	红烧鸡块	牛肉撒尿贡丸	红烧鸡腿
	大白菜肉丝	西葫芦木耳肉片	肉沫粉丝	黄瓜肉片炒蛋	清蒸香肠	茶叶蛋
	青菜	甘蓝菜	杭白菜	绿豆芽	油麦菜	青菜
	小油豆腐	红烧冬瓜	红烧萝卜	红烧豆腐	红烧粉皮	海带干丝