

昆山市陆家中学2019-2020学年第二学期食堂菜谱【第12周】

教师餐饮	2020 - 6 - 15 周一	2020 - 6 - 16 周二	2020 - 6 - 17 周三	2020 - 6 - 18 周四	2020 - 6 - 19 周五
午餐	红烧肉	剁椒鱼块	红烧山鸭	生炒鸡	椒盐基围虾
	西红柿炒蛋	鱼香肉丝	松花鱼	青椒肉丝	红烧油泡
	青菜	甘蓝菜	韭菜豆芽	红烧萝卜	青菜
	小油豆腐	红烧老黄瓜	杭白菜	豇豆	茄子毛豆
	冬瓜咸肉汤	咸菜蛋皮汤	西红柿蛋汤	豆腐羹	榨菜肉丝蛋汤

学生餐饮	2020 - 6 - 15 周一	2020 - 6 - 16 周二	2020 - 6 - 17 周三	2020 - 6 - 18 周四	2020 - 6 - 19 周五
午餐	香炸鸡排	红烧鸡翅根	红烧鸡块	凝香腿排	椒盐基围虾
	西葫芦木耳肉片	清蒸香肠	肉沫粉丝	西红柿炒蛋	黄瓜肉片炒蛋
	青菜	甘蓝菜	绿豆芽	红烧萝卜	青菜
	小油豆腐	红烧冬瓜	杭白菜	包菜	红烧豆腐