

昆山市陆家中学2020-2021学年第二学期食堂菜谱【第4周】

教师餐饮	2021 - 3 - 15 周一	2021 - 3 - 16 周二	2021 - 3 - 17 周三	2021 - 3 - 18 周四	2021 - 3 - 19 周五
午餐	爆鱼	红烧大排	白斩鸡	红烧肉圆	盐水虾
	花菜肉片	鱼香肉丝	青椒肉丝	西红柿炒蛋	牛肉土豆
	杭白菜	青菜	菠菜	红烧豆腐	杭白菜
	红烧萝卜	冬瓜	橄榄菜	绿豆芽	海带干丝
	紫菜蛋汤	豆腐羹	油茼子汤	咸菜汤	榨菜肉丝汤

学生餐饮	2021 - 3 - 15 周一	2021 - 3 - 16 周二	2021 - 3 - 17 周三	2021 - 3 - 18 周四	2021 - 3 - 19 周五
午餐	香炸鸡排	小炒肉	宫保鸡丁	咖喱牛肉	牛肉撒尿贡丸
	鹌鹑蛋木耳	肉末豆腐	大白菜肉丝	炖蛋	肉末粉丝
	青菜	杭白菜	橄榄菜	包菜	青菜
	小油豆腐	萝卜	红烧粉皮	绿豆芽	海带干丝