

昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第5周】

教师餐饮	2021 - 9 - 26 周日	2021 - 9 - 27 周一	2021 - 9 - 28 周二	2021 - 9 - 29 周三	2021 - 9 - 30 周四
午餐	红烧肉圆	爆鱼	红烧大排	鲜露基围虾	红烧肉
	韭黄肉丝	油泡	有机花菜肉片	青椒炒蛋	咖喱鸡
	青菜	橄榄菜	生菜	油麦菜	荷兰豆炒藕
	红烧萝卜	红烧冬瓜	小油豆腐	海带干丝	青菜
	榨菜肉丝汤	紫菜蛋汤	小排萝卜汤	咸菜汤	西红柿蛋汤

学生餐饮	2021 - 9 - 26 周日	2021 - 9 - 27 周一	2021 - 9 - 28 周二	2021 - 9 - 29 周三	2021 - 9 - 30 周四
午餐	小炒肉	红烧鸡腿	盐水虾	咖喱牛肉	红烧鸡块
	黄瓜肉片炒蛋	肉末粉丝	小排萝卜	炖蛋	西葫芦木耳肉片
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	小油豆腐	红烧粉皮	红烧冬瓜	海带干丝	红烧豆腐
	西红柿蛋汤	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤