

昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第9周】

教师餐饮	2021 - 10 - 25 周一	2021 - 10 - 26 周二	2021 - 10 - 27 周三	2021 - 10 - 28 周四	2021 - 10 - 29 周五
午餐	红烧肉圆	红烧鸡腿	红烧肉	鲜露基围虾	红烧大排
	韭黄肉丝	回锅肉	炖蛋	油泡	青椒肉丝
	青菜	橄榄菜	生菜	杭白菜	海带干丝
	红烧萝卜	红烧冬瓜	油豆腐	红烧老黄瓜	油麦菜
	紫菜蛋汤	咸菜豆腐汤	西红柿蛋汤	榨菜肉丝汤	大白菜油蚬子汤

学生餐饮	2021 - 10 - 25 周一	2021 - 10 - 26 周二	2021 - 10 - 27 周三	2021 - 10 - 28 周四	2021 - 10 - 29 周五
午餐	红烧鸡腿	盐水虾	咖喱牛肉	红烧山鸭	小炒肉
	茭白木耳肉片	莴笋炒蛋	肉末粉丝	百叶	肉末豆腐
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	红烧豆腐	土豆丝	红烧粉皮	红烧油豆腐	海带干丝
	榨菜蛋汤	豆腐咸菜汤	西红柿蛋汤	紫菜蛋汤	冬瓜咸菜汤