

昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第15周】

教师餐饮	2021 - 12 - 6 周一	2021 - 12 - 7 周二	2021 - 12 - 8 周三	2021 - 12 - 9 周四	2021 - 12 - 10 周五
午餐	黄焖鱼	红烧鸡腿	红烧肉	椒盐排条	鲜露基围虾
	韭黄炒蛋	青椒肉丝	大蒜肉丝	大白菜肉丝	百叶
	家常豆腐	红烧豆腐	西葫芦	粉丝	莴笋炒蛋
	青菜	包菜	生菜	油麦菜	青菜
	大白菜油蚬子肉丝汤	咸菜土豆蛋汤	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	豆腐咸菜汤

学生餐饮	2021 - 12 - 6 周一	2021 - 12 - 7 周二	2021 - 12 - 8 周三	2021 - 12 - 9 周四	2021 - 12 - 10 周五
午餐	红烧鸡腿	小炒肉	红烧大排	红烧鸭块	牛肉撒尿贡丸
	黄瓜木片炒蛋	肉末豆腐	西葫芦木耳肉片	肉末粉丝	百叶
	青菜	包菜	红烧萝卜	大白菜	青菜
	小油豆腐	土豆丝	生菜	红烧冬瓜	海带干丝
	大白菜油蚬子汤	紫菜蛋汤	豆腐咸菜汤	西红柿蛋汤	冬瓜咸菜汤