

昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第11周】

教师餐饮	2021 - 11 - 8 周一	2021 - 11 - 9 周二	2021 - 11 - 10 周三	2021 - 11 - 11 周四	2021 - 11 - 12 周五
午餐	红烧肉圆	红烧鸡腿	椒盐排条	爆鱼	红烧肉
	大白菜肉丝	小葱炒蛋	茭白肉丝	青椒肉丝	西葫芦木耳肉片
	家常豆腐	莴笋木耳	生菜	油麦菜	土豆
	青菜	橄榄菜	红烧萝卜	红烧豆腐	青菜
	咸菜汤	大白菜油蚬子汤	豆腐羹	西红柿蛋汤	榨菜肉丝汤

学生餐饮	2021 - 11 - 8 周一	2021 - 11 - 9 周二	2021 - 11 - 10 周三	2021 - 11 - 11 周四	2021 - 11 - 12 周五
午餐	红烧鸡腿	红烧大排	盐水虾	咖喱牛肉	红烧山鸭
	肉末粉丝	莴笋炒蛋	茭白木耳肉片	肉末豆腐	西葫芦木耳肉片
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	红烧油豆腐	红烧冬瓜	红烧粉皮	海带干丝	红烧萝卜
	咸菜冬瓜汤	紫菜蛋汤	豆腐咸菜汤	西红柿蛋汤	大白菜油蚬子汤