

昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第14周】

教师餐饮	2021 - 11 - 29 周一	2021 - 11 - 30 周二	2021 - 12 - 1 周三	2021 - 12 - 2 周四	2021 - 12 - 3 周五
午餐	剁椒鱼	红烧肉圆	红烧大排	鲜露基围虾	香炸鸡腿
	家常豆腐	青椒肉丝	鱼香肉丝	韭黄炒蛋	洋葱肉丝
	西葫芦	炖蛋	粉丝	大蒜肉丝	红烧豆腐
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	紫菜蛋汤	咸菜豆腐汤	榨菜肉丝汤	西红柿蛋汤	土豆咸菜蛋汤

学生餐饮	2021 - 11 - 29 周一	2021 - 11 - 30 周二	2021 - 12 - 1 周三	2021 - 12 - 2 周四	2021 - 12 - 3 周五
午餐	香炸鸡米花	红烧大排	咖喱牛肉	红烧鸭块	小炒肉
	西葫芦木耳肉片	炖蛋	肉末粉丝	黄瓜炒蛋	肉末豆腐
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	小油豆腐	红烧粉皮	红烧冬瓜	红烧萝卜	土豆丝
	紫菜蛋汤	冬瓜咸菜汤	西红柿蛋汤	豆腐咸菜汤	大白菜油蚬子汤