

## 昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第1周】

| 教师餐饮 | 2021 - 8 - 30 周一 | 2021 - 8 - 31 周二 | 2021 - 9 - 1 周三 | 2021 - 9 - 2 周四 | 2021 - 9 - 3 周五 |
|------|------------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 午餐   |                  | 黄焖鱼              | 红烧肉             | 白斩鸡             | 香炸大排            |
|      |                  | 油泡               | 西红柿炒蛋           | 青椒肉丝            | 小葱炒蛋            |
|      |                  | 生菜               | 橄榄菜             | 红烧萝卜            | 青菜              |
|      |                  | 红烧冬瓜             | 红烧油豆腐           | 油麦菜             | 海带干丝            |
|      |                  | 咸菜蛋汤             | 小排萝卜汤           | 罗宋汤             | 豆腐羹             |
|      |                  |                  |                 |                 |                 |

| 学生餐饮 | 2021 - 8 - 30 周一 | 2021 - 8 - 31 周二 | 2021 - 9 - 1 周三 | 2021 - 9 - 2 周四 | 2021 - 9 - 3 周五 |
|------|------------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 午餐   |                  |                  | 红烧鸡块            | 咖喱牛肉            | 香炸鸡米花           |
|      |                  |                  | 萝卜小排            | 肉末粉丝            | 茭白肉丝            |
|      |                  |                  | 生菜              | 橄榄菜             | 青菜              |
|      |                  |                  | 红烧豆腐            | 红烧粉皮            | 海带干丝            |
|      |                  |                  |                 |                 |                 |
|      |                  |                  |                 |                 |                 |