

## 昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第13周】

教师餐饮	2021 - 11 - 22 周一	2021 - 11 - 23 周二	2021 - 11 - 24 周三	2021 - 11 - 25 周四	2021 - 11 - 26 周五
午餐	爆鱼	红烧鸡腿	椒盐排条	鲜露基围虾	红烧肉
	青椒肉丝	韭黄肉丝	有机花菜肉片	油泡	大白菜肉丝
	茭白	炖蛋	红烧粉丝	红烧豆腐	莴笋
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	紫菜蛋汤	咸菜蛋汤	西红柿蛋汤	蛋汤	豆腐汤

学生餐饮	2021 - 11 - 22 周一	2021 - 11 - 23 周二	2021 - 11 - 24 周三	2021 - 11 - 25 周四	2021 - 11 - 26 周五
午餐	红烧鸡腿	红烧大排	红烧鸭块	小炒肉	盐水虾
	茭白木耳肉片	炖蛋	肉末粉丝	肉末豆腐	莴笋炒蛋
	青菜	橄榄菜	生菜	包菜	青菜
	红烧冬瓜	红烧萝卜	海带干丝	土豆丝	红烧粉皮
	紫菜蛋汤	大白菜油茺子汤	西红柿蛋汤	榨菜肉丝蛋汤	冬瓜咸菜汤