

昆山市陆家中学2021-2022学年第一学期食堂菜谱【第18周】

教师餐饮	2021 - 12 - 27 周一	2021 - 12 - 28 周二	2021 - 12 - 29 周三	2021 - 12 - 30 周四	2021 - 12 - 31 周五
午餐	爆鱼	红烧肉圆	椒盐排条	鲜露基围虾	红烧鸡腿
	莴笋炒蛋	青椒肉丝	大白菜肉丝	韭黄	鱼香肉丝
	青菜	油麦菜	杭白菜	橄榄菜	油麦菜
	油豆腐	萝卜	豆腐	回锅肉	大蒜
	榨菜肉丝汤	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	豆腐咸菜汤	大白菜油蚬子肉丝汤

学生餐饮	2021 - 12 - 27 周一	2021 - 12 - 28 周二	2021 - 12 - 29 周三	2021 - 12 - 30 周四	2021 - 12 - 31 周五
午餐	红烧大排	红烧鸭块	椒盐基围虾	小炒肉	香炸鸡米花
	黄瓜肉片炒蛋	肉末粉丝	百叶	西葫芦木耳肉片	小排萝卜
	包菜	青菜	橄榄菜	杭白菜	青菜
	红烧豆腐	土豆丝	红烧粉皮	大蒜叶萝卜丝	海带干丝
	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	紫菜蛋汤	西红柿蛋汤	西红柿蛋汤