

合肥一中食堂每周菜谱（1.6-1.10）

优芙得餐厅

	周一			周二			周四			周五		
	品名	重量（g）	价格	品名	重量（g）	价格	品名	重量（g）	价格	品名	重量（g）	价格
早餐	豆腐包	豆腐40, 面粉50	1.5元	韭菜盒	韭菜30, 粉丝20, 面粉60	3.5元	粉丝肉饼	粉丝肉馅40, 面粉50	2.5元	蒸玉米	玉米250	4元
	青菜香菇包	香菇10, 青菜30, 面粉50	1.5元	南瓜饼	南瓜40, 面粉30	1.5元	鸡蛋饼	鸡蛋100, 面粉50	1.0元	青菜香菇包	香菇10, 青菜20, 面粉60	1.5元
	红糖馒头	面粉50	1.5元	鱼香肉丝包	面粉50, 鱼香肉丝40	1.5元	土豆丝卷饼	面粉60, 土豆丝70	3.5元	鸡蛋饼	面粉30鸡蛋60	1.0元
	大肉包	肉40, 面粉40	2.0元	大肉包	肉40, 面粉50	2.0元	大肉包	肉40, 面粉50	2.0元	大肉包	肉40, 面粉50	2.0元
	米饺	米面35, 馅20	1.5元	肉丁烧卖	面粉15, 馅45	1.5元	米饺	米面35, 馅20	1.5元	蒸山芋	山芋50	2.0元
	糍糕	糯米80	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元	豆沙包	豆沙30 面粉50	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元
	烤馍	面粉60	1.5元	烤馍	面粉60	1.5元	烤馍	面粉60	1.5元	烤馍	面粉60	1.5元
	梅干菜包	梅干菜40, 面粉50	1.5元	梅干菜包	梅干菜30, 面粉60	1.5元	梅干菜包	梅干菜30, 面粉60	1.5元	梅干菜饼	梅干菜30, 面粉60	2.5元
	粉丝包	粉丝40, 面粉50	1.5元	粉丝包	粉丝30, 面粉60	1.5元	粉丝包	粉丝30, 面粉60	1.5元	粉丝包	粉丝30, 面粉60	1.5元
	红豆包	红豆40, 面粉50	1.5元	红豆包	红豆30, 面粉60	1.5元	红豆包	红豆30, 面粉60	1.5元	红豆包	红豆30, 面粉60	1.5元
	卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元	卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元	卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元	卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元
	红豆稀饭		免费	麻豆稀饭		免费	黑米稀饭		免费	麦仁稀饭		免费
中餐	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费
	红烧冬瓜	冬瓜150	1.0元	包菜粉丝	包菜100粉丝50	1.0元	酸辣海带丝	海带丝150	0.8元	三色豆芽	绿豆芽100, 胡萝卜20, 青椒30	1.0元
	手工千张卷肉	千张10, 肉40 萝卜10	3.0元/个	千张节煨排骨	千张结70排骨80	6.0元	香菇滑鸡	香菇60鸡90	6.0元	手工肉圆	玉米: 20, 肉100	6.0元
	千张结烧肉	千张结70猪肉80	6.0元	土豆烧仔鸡	土豆60仔鸭90	6.0元	年糕烧排骨	年糕30排骨120	6.0元	米粉肉	肉120米粉30	6.0元
	手工肉圆	玉米: 20, 肉100	6.0元	烤鸡肉块	鸡块110	6.0元	红烧啤酒鸭	鹌鹑蛋60仔鸭90	6.0元	红烧鸡杂	鸡杂150	6.0元
	香菇焖子鸭	香菇50, 仔鸭100	6.0元	农家米粉肉	猪肉120米粉30	6.0元	小炒肉片	青椒20红椒10洋葱20肉片100	6.0元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿80	6.0元
	秘制烤鸡腿	鸡腿80	6.0元	红烧瓦块鱼	鱼150	6.0元	糯米鸡翅	鸡翅40	3.5元	水煮鱼片	豆芽40千张40肉片70	6.0元
	年糕糖醋里脊	年糕50里脊100	6.0元	川味回锅肉	洋葱20蒜苗20五花肉片110	6.0元	红柿炒鸡蛋	西红柿90, 鸡蛋60	4.0元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90, 鸡蛋60	4.0元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90, 鸡蛋60	4.0元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60	4.0元	肉沫茄子	肉沫60茄子90	4.5元	肉沫茄子	肉沫60茄子90	4.5元
	地三鲜	土豆50茄子80豆角20	4.5元	肉沫茄子	肉沫30茄子120	4.5元	红烧豆腐	豆腐150	2.0元	三色土豆丝	土豆150	2.5元
	红烧豆腐	豆腐150	2.0元	酸辣土豆丝	土豆150	2.5元	韭菜末炒蛋	鸡蛋80韭菜70	4.5元	千张青菜	千张50青菜100	3.0元
	香菇青菜	香菇10青菜140	3.0元	青椒香干肉丝	青椒40香干80肉丝30	4.5元	青椒炒鸡蛋	青椒60鸡蛋90	4.5元	青椒炒白干肉丝	青椒50白干70肉丝30	4.5元
	生瓜木耳炒肉片	生瓜100, 木耳20肉片30	4.5元	清炒乌菜	乌菜150	3.0元	土芹小炒肉丝	芹菜60香干60肉丝30	4.5元	手工狮子头	肉40 豆腐20	6元/2个
	干锅花菜	肉丝20花菜130	4.5元	莴笋肉片	肉片20鸡蛋130	4.5元	青椒土豆丝	青椒30土豆丝90	2.5元	家常豆腐	豆腐120, 肉片30	4.5元
	西红柿蛋汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费	豆腐肉沫汤		免费	紫菜蛋汤		免费
	红烧冬瓜	冬瓜150	1.0元	包菜粉丝	包菜100粉丝50	1.0元	酸辣海带丝	海带丝150	0.8元	三色豆芽	绿豆芽100, 胡萝卜20, 青椒30	1.0元
	豉油蒸鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	豉油蒸鸡蛋	鸡蛋150	3.0元
	青椒土豆丝	青椒50, 土豆丝100	2.5元	酸辣土豆丝	土豆丝150	2.5元	青椒土豆丝	青椒50, 土豆丝100	2.5元	酸辣土豆丝	土豆丝150	2.5元
晚餐	鱼香肉丝	香菇30, 青椒20, 笋丝80, 肉丝20	5.0元	干锅花菜	花菜120, 肉片30	4.5元	蒜黄炒蛋	蒜黄90, 鸡蛋60	5.0元	土豆茄条	茄子120, 土豆30	4.5元
	木耳冬瓜	木耳20, 冬瓜130	3.0元	木耳莴笋	木耳20, 莴笋130	4.0元	清炒青菜	青菜150	3.0元	香菇青菜	香菇20, 青菜130	3.0元
	西红柿炒蛋	西红柿90, 鸡蛋60	4.0元	肉沫茄子	茄子120, 肉末30	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90, 鸡蛋60	4.0元	红烧豆腐	豆腐150	2.0元
	生瓜炒蛋	生瓜90, 鸡蛋60	4.0元	杏鲍菇肉片	杏鲍菇120, 肉片30	4.5元	木耳藕片	木耳20, 藕130	4.0元	干锅千叶豆腐	千叶豆腐130, 肉片20	4.5元
	千张结烧肉	千张结70, 肉80	6.0元	糖醋里脊	里脊肉100, 年糕50	6.0元	蒜苔肉丝	蒜苔70, 肉丝80	6.0元	土豆排骨	土豆80, 排骨70	6.0元
	糯米鸡翅根	鸡翅40, 糯米20	3.5元/个	小炒鸡丁	鸡肉110, 木耳20, 青椒20	6.0元	手工肉圆	玉米: 20, 肉100	6.0元	毛豆烧鸡	土豆60, 鸡90	6.0元
	烤鸡腿	鸡腿80	6.0元	手工肉圆	玉米: 20, 肉100	6.0元	烤鸡腿	鸡腿80	6.0元	鹌鹑蛋烧鸭	鹌鹑蛋60, 鸭90	6.0元
	豆腐肉沫汤		免费	紫菜鸡蛋汤		免费	西红柿鸡蛋汤		免费	紫菜鸡蛋汤		免费

鑫邦餐厅

类别	星期一				星期二				星期三				星期四				星期五						
	早餐								早餐								早餐						
早点	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格					
	韭菜盒子	面粉90馅40	3元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	纯肉饼	面粉90馅40	4元					
	蒸玉米	300	4元	蒸玉米	300	4元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元					
	韭菜粉丝饼	面粉90馅40	3元	土豆鸡蛋饼	土豆90鸡蛋60	3元	蒸玉米	300	4元	韭菜粉丝饼	面粉90馅40	3元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元					
	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	土豆鸡蛋饼	土豆90鸡蛋60	3元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	海带丝饼	面粉90馅40	3元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元					
	葱油饼	面粉90	2.5元	葱油饼	面粉90	2.5元	紫薯发糕	面粉50紫薯35	2.5元	紫薯发糕	面粉50紫薯35	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元					
	南瓜发糕	面粉50南瓜35	2.5元	香炸软枣	糯米粉60豆沙40	1.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元					
	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元					
	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元	肉沫豆腐包	面粉50馅40	1.5元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	肉沫豆腐包	面粉50馅40	1.5元					
	煎鸡蛋	鸡蛋60	1.5元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元					
	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元	南瓜饼	糯米粉40南瓜40	1.5元	糯米粉40南瓜40	1.5元	糯米粉40南瓜40	1.5元				
	香卷	面粉40馅60	1.5元	狮子头	面粉80	1.5元	狮子头	面粉80	1.5元	鸡蛋饼	面粉50鸡蛋30	1元	糍糕	糯米80	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元					
	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12馅28	1.5元					
	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	生煎包	面粉30馅25	1元	生煎包	面粉30馅25	1元	生煎包	面粉30馅25	1元	生煎包	面粉30馅25	1元	生煎包	面粉30馅25	0.5元/个					
	馄饨	18个	8元	馄饨	18个	8元	馄饨	18个	8元	馄饨	18个	8元	馄饨	18个	8元	馄饨	18个	8元					
	备注：早餐稀饭，辣糊汤免费																						
中餐																							
自选快餐	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元					
	香酥鸭	仔鸭150	6元	白干烧鸭	仔鸭90白干60	6元	香酥鸭	仔鸭150	6元	红烧鸭	仔鸭150	6元	烤鸡腿	鸡腿80	6元	烤鸡腿	鸡腿80	6元					
	萝卜烧肉	肉60萝卜90	6元	烤鸡腿	鸡腿80	6元	糖醋里脊	里脊肉100年糕50	6元	烤鸡腿	鸡腿80	6元	干张结烧肉	肉60干张结90	6元	干张结烧肉	肉60干张结90	6元					
	水煮肉片	肉片60豆芽金针菇90	6元	青豆烧鸡	仔鸡65青豆85	6元	土豆烧鸡	仔鸡65土豆85	6元	年糕排骨	排骨60手指年糕90	6元	萝卜烧鸡	仔鸡65白萝卜85	6元	萝卜烧鸡	仔鸡65白萝卜85	6元					
	海带片烧鸡	仔鸡65海带85	6元	米粉肉	肉60土豆片60米粉30	6元	海带烧肉	肉60海带片90	6元	干烧鸡	仔鸡65白干85	6元	小炒肉	鸡肉100青椒20土豆	6元	小炒肉	鸡肉100青椒20土豆	6元					
	杭椒肉片	肉片70杭椒80	6元	珍珠丸子	肉沫100糯米50	6元	爆炒猪肝	猪肝110杭椒洋葱40	6元	杭椒肉片	肉片70杭椒80	6元	糖醋里脊	里脊肉100年糕50	6元	糖醋里脊	里脊肉100年糕50	6元					
	肉沫粉丝	肉沫30粉丝120	4.5元	鱼香肉丝	土豆100肉丝30木耳20	4.5元	回锅肉	肉片70青椒30洋葱40木耳1	6元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元	肉片家常豆腐	肉片30老豆腐120	4.5元	肉片家常豆腐	肉片30老豆腐120	4.5元					
	生瓜炒肉片	肉片30生瓜120	4.5元	肉片家常豆腐	肉片30老豆腐120	4.5元	炒合菜	韭菜豆芽30鸡蛋50粉丝70	4.5元	肉丝炒螺子	肉丝30螺子120	4.5元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元					
	土豆炸藕	肉片30土豆藕干120	4.5元	扁笋炒肉片	肉片30扁笋120	4.5元	青椒蒜干炒肉丝	青椒50蒜干70肉丝30	4.5元	肉片家常豆腐	肉片30老豆腐120	4.5元	肉片杏鲍菇	肉片30杏鲍菇120	4.5元	肉片杏鲍菇	肉片30杏鲍菇120	4.5元					
	芹菜炒藕干	芹菜80藕干70	4元	肉沫粉丝	肉沫30粉丝120	4.5元	锅贴	银耳50木耳50肉丝20青椒30	4.5元	肉沫炒肉片	肉沫30粉丝120	4.5元	青椒蒜干炒肉丝	青椒50蒜干70肉丝30	4.5元	青椒蒜干炒肉丝	青椒50蒜干70肉丝30	4.5元					
	肉片包菜	包菜120肉片40	4元	木耳藕片	藕片130木耳20	4元	肉沫粉丝	干张100韭菜50	4元	青椒炒蛋	青椒80鸡蛋70	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元					
	木耳扁笋	扁笋130木耳20	4元	芹菜炒干丝	芹菜80干丝70	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	韭菜炒扁笋	韭菜60扁笋90	4元	红烧素鸡	素鸡150	4元	红烧素鸡	素鸡150	4元					
	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	肉片包菜	肉片30肉片40	4元	清炒藕条	藕150	4元	青椒干张	青椒60干张90	4元	青椒干张	青椒60干张90	4元					
	清炒乌菜	乌菜150	3元	红烧素鸡	素鸡150	4元	肉沫豆腐	肉沫30豆腐120	3.5元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	黄瓜炒蛋	黄瓜90鸡蛋60	4元	黄瓜炒蛋	黄瓜90鸡蛋60	4元					
	肉沫豆腐	肉沫30豆腐120	3.5元	麻辣豆腐	豆腐150	2.5元	清炒乌菜	乌菜150	3元	豆腐炖白菜	豆腐30大白菜110肉30	3.5元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	2.5元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	2.5元					
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	青椒海带丝	海带丝120青椒30	2元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	2元	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	2元	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	2元					
酸辣大白菜	韭菜60豆芽90	1元	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	1元	红烧豆腐	豆腐150	1元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	1元	木耳冬瓜	冬瓜130木耳20	1元	木耳冬瓜	冬瓜130木耳20	1元						
西红柿豆腐羹		免费汤	西湖肉沫羹		免费汤	青菜豆腐汤		免费汤	冬瓜虾皮汤		免费汤	紫菜蛋汤		免费汤	紫菜蛋汤		免费汤						
晚餐																							
面点	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格	品名	重量(克)	价格					
	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	青椒肉丝饼	面粉90馅50	5元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	青椒肉丝饼	面粉90馅50	5元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	纯肉饼	面粉90馅40	4元					
	纯肉饼	面粉90馅40	4元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	肉夹馍	面粉90馅40	5.5元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	纯肉饼	面粉90馅40	4元	纯肉饼	面粉90馅40	4元					
	鸟巢鸡蛋饼	土豆丝140鸡蛋60	4元	海带丝饼	面粉90馅40	3元	蒸玉米	300	4元	鸟巢鸡蛋饼	土豆丝140鸡蛋60	4元	黑米饭团	糯米70黑米75葡萄干	2.5元	黑米饭团	糯米70黑米75葡萄干	2.5元					
	韭菜盒子	面粉90馅40	3元	韭菜盒子	面粉90馅40	3元	韭菜盒子	面粉90馅40	3元	韭菜盒子	面粉90馅40	3元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元					
	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	酱香饼	面粉70酱料10	2.5元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元					
	葱油饼	面粉90	2.5元	葱油饼	面粉90	2.5元	南瓜饼	糯米粉40南瓜40	1.5元	葱油饼	面粉90	2.5元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元					
	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	黑米饭团	糯米70黑米75葡萄干5	2.5元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元					
	黑米饭团	糯米70黑米75葡萄干5	2.5元	肉沫豆腐包	面粉50馅40	1.5元	肉沫豆腐包	面粉50馅40	1.5元	黑米饭团	糯米70黑米75葡萄干5	2.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元					
	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	手工鲜肉包	面粉50馅40	2元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元					
	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	包菜粉丝包	面粉50馅40	1.5元	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个					
	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元	糍糕	糯米80	1.5元	豆沙包	面粉50馅40	1.5元	生煎包	1元/个	1元	生煎包	1元/个	1元					
	花卷	面粉80	1元	肉丁烧麦	面粉15馅45	1.5元	南瓜饼	糯米粉40南瓜40	1.5元	花卷	面粉80	1元											
	紫薯饼	糯米粉40紫薯40	1.5元	香炸软枣	糯米粉60豆沙40	1.5元	花卷	面粉80	1元	南瓜饼	糯米粉40南瓜40	1.5元											
	狮子头	面粉80	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	狮子头	面粉80	1.5元											
	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元											
锅贴	面粉12馅28	0.5元/个	生煎包	1元/个	1元	生煎包	1元/个	1元	锅贴	面粉12馅28	0.5元/个												
自选快餐	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元	菜品	重量(克)	价格/元					
	烤鸡腿	鸡腿80	6元	香菇滑鸡	仔鸡65香菇85	6元	萝卜排骨	排骨60白萝卜90	6元	青豆烧鸡	仔鸡65青豆85	6元	萝卜烧排骨	排骨60白萝卜90	6元	萝卜烧排骨	排骨60白萝卜90	6元					
	土豆烧鸡	仔鸡65土豆85	6元	干张结排骨	排骨60干张结90	6元	白干烧鸡	仔鸡65白干85	6元	水煮肉片	肉片60豆芽金针菇90	6元	土豆烧鸡	仔鸡65土豆85	6元	土豆烧鸡	仔鸡65土豆85	6元					
	海带烧排骨	排骨60海带片90	6元	小炒肉	鸡肉100青椒20土豆片	6元	水煮肉片	肉片60豆芽金针菇90	6元	干张结烧肉	肉60干张结90	6元	杭椒肉片	肉片70杭椒80	6元	杭椒肉片	肉片70杭椒80	6元					
	回锅肉	肉片70青椒30洋葱40	6元	爆炒猪肝	猪肝110杭椒洋葱40	6元	珍珠丸子	肉沫100糯米50	6元	回锅肉	肉片70青椒30洋葱40	6元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元					
	肉沫粉丝	肉沫30粉丝120	4.5元	芹菜炒肉丝	肉丝30芹菜120	4.5元	肉片杏鲍菇	肉片30杏鲍菇120	4.5元	肉片杏鲍菇	肉片30杏鲍菇120	4.5元	扁笋炒肉片	肉片30扁笋120	4.5元	扁笋炒肉片	肉片30扁笋120	4.5元					
	芹菜蒜干炒肉丝	芹菜50蒜干70肉丝30	4.5元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元	莲藕炒肉片	肉片30莲藕120	4.5元	炒合菜	韭菜豆芽30鸡蛋50粉丝70	4.5元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元					
	鱼香肉丝	土豆100肉丝30木耳20	4.5元	青椒炒干张	青椒60干张90	4元	土豆炸藕	肉丝30土豆藕干120	4.5元	扁笋炒肉片	肉片30扁笋120	4.5元	清炒乌菜	乌菜150	3元	清炒乌菜	乌菜150	3元					
	洋葱炒蛋	洋葱90鸡蛋60	4元	扁笋炒肉片	肉片30扁笋120	4.5元	青椒炒干张	青椒60干张90	4元	花菜炒肉片	肉片30花菜120	4.5元	木耳扁笋	扁笋130木耳20	4元	木耳扁笋	扁笋130木耳20	4元					
	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	炒合菜	韭菜豆芽30鸡蛋50粉丝70	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元											
	肉片杏鲍菇	肉片30杏鲍菇120	4.5元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	2.5元	黄瓜炒肉片	肉片30黄瓜100木耳20	4.5元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	2.5元											
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	蒜香奶白菜	奶白菜150	3元	海带炒肉片	海带120肉片30	4.5元	清炒乌菜	乌菜150	3元											
	酸辣大白菜	大白菜150	3元	手撕包菜	冬瓜130木耳20	2元	包菜粉丝	包菜90粉丝60	3元	手撕包菜	包菜150	2元											
	青椒海带丝	海带丝120青椒30	2元	木耳冬瓜	冬瓜130木耳20	1元	手撕包菜	包菜150	1元	青椒海带丝	海带丝120青椒30	1元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	1元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	1元					
	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	1元	酸辣大白菜	大白菜150	1元	西红柿豆腐羹		0元	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	1元	紫菜蛋汤		免费汤	紫菜蛋汤		免费汤					
	冬瓜虾皮汤		免费汤	紫菜蛋汤		免费汤				冬瓜虾皮汤		免费汤	西红柿豆腐羹		免费汤	西红柿豆腐羹		免费汤					

圣食荟餐厅

	周一			周二			周三			周四			周五		
	品名	重量	价格	品名	重量	价格	品名	重量	价格	品名	重量	价格	品名	重量	价格
早餐	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个
	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
	鱼香肉丝包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	茶叶蛋	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	茶叶蛋	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	茶叶蛋	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	茶叶蛋	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个
	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个
	蒸肉包	70克	1.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个
	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个
	馒头	75克	0.6元/个	馒头	75克	1.5元/个	馒头	75克	1.5元/个	馒头	75克	0.6元/个	馒头	75克	0.6元/个
	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个
	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个
	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个
	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个
	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯
	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯
	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗
鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	
小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	
中餐	白粥或胡辣汤(免费)			白粥或胡辣汤(免费)			白粥或胡辣汤(免费)			白粥或胡辣汤(免费)			白粥或胡辣汤(免费)		
	黑椒鸡排	鲜鸡肉150克	5元	糖醋鸡米花	鸡肉丁140g, 裹粉10g	5.5元	黑椒鸡排	鲜鸡肉150克	5元	米粉煎鸡块	鸡腿肉130克, 米粉20克	5.5元	土豆烧肉	五花肉120克, 土豆30克, 青椒5克, 蒜子5克	6元
	香酥鸭	鸭肉150g	6元	脆皮鸡	鸭肉150g	6元	香酥鸭	鸭肉150g	6元	红烧大排	猪大排165克	6元	粉皮烧鸡	鸡肉120克, 粉皮30克, 青红椒5克, 蒜子5克	6元
	糖醋鸡米花	鸡肉150g	5.5元	脆皮烤鸭	鸭肉150g	5.5元	糖醋鸡米花	鸡肉150g	5.5元	猪肉烧萝卜	猪肉120克, 萝卜30克	6元	红烧鱼块	鱼肉140克蒜子5克, 青椒5克	6元
	土豆烧肉	猪肉130g土豆20g	6元	红烧鸡腿	鸡腿150g	6元	土豆烧肉	猪肉130g土豆20g	6元	红烧鱼根	两个150g	6元	香酥炸年糕	年糕120克, 年糕30克	6元
	油焖茄子	茄子140克, 肉10克	4.5元	手工肉卷	肉馅130g, 豆腐皮20g	5元	油焖茄子	茄子140克, 肉10克	4.5元	水煮肉片	豆芽干张各15克, 肉片120克	6元	干张卷肉	干张卷肉120克	6元
	干张包肉	肉馅120克, 干张30g	5元	辣爆炒肉片	辣爆80克, 五花肉90g	5元	干张包肉	肉馅120克, 干张30g	5元	狼牙土豆烧肉柳	土豆20克, 青椒10克, 肉柳120克	5.5元	黑椒牛排	鸡胸肉150g	5元
	干锅花菜	花菜120克, 肉片30g	4元	鲜椒鸡	香脆鸡30克, 鸡肉120g	6元	干锅花菜	花菜120克, 肉片30g	4元	五花肉炒面筋	面筋100克, 五花肉50g	4元	回锅肉	青椒30克, 红椒10克, 洋葱30克, 木耳40克, 五花肉50g	5元
	西红柿鸡蛋	西红柿90克, 鸡蛋60克	4元	香辣牛肉	面筋150g	4元	西红柿鸡蛋	西红柿90克, 鸡蛋60克	4元	芹菜炒辣梗	芹菜130g辣梗20g	3元	地三鲜	茄子40克土豆40克青椒20克五花肉50g	4元
	辣炒年糕	年糕150g	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿80克, 鸡蛋70g	4元	辣炒年糕	年糕150g	4元	包菜肉丝炒粉丝	包菜60克, 粉丝60克, 肉丝30克	3元	生瓜炒肉片	生瓜110克, 五花肉30克, 青椒5克, 红椒5克	4元
	清蒸桂花鱼	娃娃菜100g, 粉丝50g	3元	青椒炒香干	青椒70g香干70g, 肉丝10g	3.5元	清蒸桂花鱼	娃娃菜100g, 粉丝50g	3元	蒜香包菜	包菜150克	2元	干锅花菜炒肉片	花菜110克, 五花肉30克, 青椒5克, 红椒5克	4元
	红烧狮子头	肉馅140g淀粉10g	2.5元/个	生瓜炒肉片	生瓜100克, 肉片50g	4元	红烧狮子头	肉馅140g淀粉10g	2.5元/个	蒜香包菜	包菜150克	2元	包菜肉片炒粉丝	包菜70克, 粉丝50克, 肉片30克	3元
	清炒时蔬	蒿笋片130g, 木耳20克	3.5元	蒜泥油麦菜	油麦菜160g	2.5元	清炒时蔬	蒿笋片130g, 木耳20克	3.5元	清炒西兰花	青红椒各10克, 西兰花150g	3元	小炒藤菜	青红椒100克, 藤菜140g	3.5元
	干锅土豆片	土豆片140g肉片10g	3元	干锅土豆炒肉片	土豆120克, 肉片30g	2.5元	干锅土豆片	土豆片140g肉片10g	3元	干锅土豆片	土豆120克, 肉片20g, 辣梗10克	3元	清炒小青菜	青菜155克	3元
	干锅包菜	甘蓝150g	2.5元	蒜蓉鸡蛋	鸡蛋150g	2.5元	干锅包菜	甘蓝150g	2.5元	蒜蓉鸡蛋	鸡蛋150g	2.5元	青椒土豆丝	青椒30克, 土豆丝120克	2.5元
	耗油菜	生菜140克, 耗油10g	2.5元	小炒包菜丝	包菜150克	2元	耗油菜	生菜140克, 耗油10g	2.5元	小炒包菜丝	包菜150克	2元	干锅包菜	包菜150克	2元
	青椒胡萝卜丝	胡萝卜150g	1元	清炒大白菜	大白菜150g	1元	青椒胡萝卜丝	胡萝卜150g	1元	清炒白萝卜丝	白萝卜150g, 1元	1元	酸辣海带丝	海带150克	1元
	晚餐	西红柿蛋汤(免费汤)、米粥0.5元/份(免费绿)			萝卜排骨汤(免费汤)、米粥0.5元/份(免费绿)			西红柿蛋汤(免费汤)、米粥0.5元/份(免费绿)			蘑菇鸡块汤(免费汤)、米粥0.5元/份(免费绿)			海带蛋汤(免费汤)、米粥0.5元/份(免费绿)	
青菜包		馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个	青菜包	馅料35克 皮子60克	1元/个
豆腐包		馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆腐包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
豆沙包		馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	豆沙包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
肉末茄子包		馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	肉末茄子包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
鱼香肉丝包		馅料40克 皮子60克	1.5元/个	鱼香肉丝包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	鱼香肉丝包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	鱼香肉丝包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	鱼香肉丝包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
梅菜扣肉包		馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个	梅菜扣肉包	馅料40克 皮子60克	1.5元/个
鲜肉包		馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个	鲜肉包	馅料45克 皮子55克	2元/个
烧麦		65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个	烧麦	65克	1元/个
蒸肉包		70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个	蒸肉包	70克	0.5元/个
花卷		80克	1元/个	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个	花卷	80克	1元/个
馒头		75克	0.6元/个	馒头	75克	0.6元/个	馒头	75克	0.6元/个	馒头	75克	0.6元/个	馒头	75克	0.6元/个
枣糕		95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个	枣糕	95克	2元/个
小米发糕		115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个	小米发糕	115克	2.5元/个
紫薯发糕		115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个	紫薯发糕	115克	2.5元/个
芝麻甜咸饼		90克	2.5元/个	芝麻甜咸饼	90克	2.5元/个	芝麻甜咸饼	90克	2.5元/个	芝麻甜咸饼	90克	2.5元/个	芝麻甜咸饼	90克	2.5元/个
茴香饼		110克	2.5元/个	茴香饼	110克	2.5元/个	茴香饼	110克	2.5元/个	茴香饼	110克	2.5元/个	茴香饼	110克	2.5元/个
鸡蛋饼		100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个	鸡蛋饼	100克	2元/个
黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	黑米粥	450克	1.5元/杯	
小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	小米南瓜粥	450克	1.5元/杯	
鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	鸡丝豆腐脑	550克	3.5元/碗	
鸡丝沙汤	550克	3元/碗	鸡丝沙汤	550克	3元/碗	鸡丝沙汤	550克	3元/碗	鸡丝沙汤	550克	3元/碗	鸡丝沙汤	550克	3元/碗	
鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	鸡排夹馍	220克	5元/个	
小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	小笼包	180克	6元/7个(每笼)	

千喜鹤餐厅

[illegible]

合肥一中食品问题“你呼我应”联系方式:

总务处：0551-62911008

网络联系请私信官方微博合肥市第一中学或官方微信：合肥市第一中学