

合肥一中食堂每周菜谱

优芙得餐厅

合肥一中优芙得餐厅带量菜单（4月7日—4月11日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（4月7日—4月11日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（4月7日—4月11日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（4月7日—4月11日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（4月7日—4月11日）			
周一				周二				周三				周四				周五			
早餐	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	品名	重量（g）	价格	品名	重量（g）	价格	
	四喜包	四喜40、面粉50	1.5元	韭菜盒	韭菜30、粉丝20、面粉60	3.5元	葱玉米	玉米250	4元	粉丝肉饼	粉丝100、面粉40、面粉50	2.5元	葱玉米	玉米250	4元	韭菜盒	韭菜30、粉丝20、面粉60	3.5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	青菜香菇包	香菇10、青菜20、面粉60	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				
	红辣馒头	面粉50	1.5元	鱼香肉丝包	面粉50、鱼香肉丝40	1.5元	鸡蛋饼	面粉30鸡蛋60	1.0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	大肉包	肉40、面粉50	2.0元				
	手工蒸饺	米面15、馅15	1.5元/2个	肉丁烧卖	面粉15、馅45	1.5元	泰山手	山芋50	2.0元	手工蒸饺	米面15、馅15	1.5元	泰山手	山芋50	2.0元				
	锅盔	糯米80	1.5元	锅盔	糯米30	1.5元	锅盔	糯米80	1.5元	豆沙包	豆沙30、面粉50	1.5元	锅盔	糯米80	1.5元				
	馍馍	面粉60	1.5元	馍馍	面粉60	1.5元	馍馍	面粉60	1.5元	馍馍	面粉60	1.5元	馍馍	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	梅干菜饼	梅干菜30、面粉60	2.5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	粉丝包	粉丝30、面粉60	1.5元				
中餐	红豇包	红豇40、面粉60	1.5元	红豇包	红豇30、面粉60	1.5元	红豇包	红豇30、面粉60	1.5元	红豇包	红豇30、面粉60	1.5元	红豇包	红豇30、面粉60	1.5元	红豇包	红豇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	卤鸡蛋	鸡蛋60~70	1.5元	卤鸡蛋	鸡蛋60~70	1.5元	
	红豆福斯		免费	蒜茸福斯		免费	麦仁福斯		免费	黑米福斯		免费	麦仁福斯		免费	麦仁福斯		免费	
	辣椒汤		免费	辣椒汤		免费	辣椒汤		免费	辣椒汤		免费	辣椒汤		免费	辣椒汤		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	三色豆芽	绿豆芽100、胡萝卜20、青笋30	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、青笋30	1.0元				
	白切鸡	鸡肉150	3.0元/个	干锅节辣排骨	干锅猪70排骨80	6.0元	手工肉圆	玉米：20、肉100	6.0元	香菇滑鸡	香菇40鸡90	6.0元	手工肉圆	玉米：20、肉100	6.0元				
	红烧瓦块鱼	鱼150	6.0元	土豆烧仔鸡	土豆60仔鸡90	6.0元	米粉肉	肉120米粉30	6.0元	小炒鸡肉	洋葱20猪肉120青笋10	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	炸鸡肉块	鸡块130	6.0元	葱爆猪肝	洋葱20、猪肝115、猪肝115	6.0元	红油啤酒鸭	鹌鹑蛋60仔鸡90	6.0元	红油鱼块	鱼150	6.0元				
	香菇焖子鸭	香菇50、仔鸭100	6.0元	农家半猪肉	猪肉120肉粉30	6.0元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿120	6.0元	小炒肉片	青椒20红萝卜洋葱20肉片100	6.0元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿120	6.0元				
	粉制炸鸡腿	鸡腿120	6.0元	红烧瓦块鱼	鱼150	6.0元	水鱼鱼片	豆腐40干笋40肉片70	6.0元	糯米鸡翅	鸡翅40	3.5元	水鱼鱼片	豆腐40干笋40肉片70	6.0元				
晚餐	年菇糟溜里脊	年菇20里脊130	6.0元	川味回锅肉	洋葱20蒜苗20五花肉片110	6.0元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90、鸡蛋60	4.0元	红油炒鸡蛋	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	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60	4.0元	肉末茄子	肉末60茄子90	4.5元	脆皮青椒	青椒130肉丝20	4.5元	肉末茄子	肉末60茄子90	4.5元				
	地三鲜	土豆50茄子60豆腐20	4.5元	肉末茄子	肉末30茄子120	4.5元	三色土豆丝	土豆150	2.5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	干锅青菜	干锅50青菜100	3.0元	韭菜炒豆腐	鸡蛋60韭菜70	4.5元	干锅青菜	干锅50青菜100	3.0元				
	香菇青菜	香菇10青菜140	3.0元	青椒炒牛肉丝	青椒40香干30牛肉丝30	4.5元	青椒炒白牛肉丝	青椒80白牛肉70牛肉丝30	4.5元	青椒炒鸡蛋	青椒80鸡蛋30	4.5元	青椒炒白牛肉丝	青椒80白牛肉70牛肉丝30	4.5元				
	蚕豆米炒蛋	蚕豆米100、鸡蛋50	5.0元	土豆牛肉饼	土豆60牛肉70米粉	13.0元	香辣墨鱼肠	虾110年糕20	6.0元	土豆小炒肉丝	洋葱60蒜干60肉丝30	4.5元	手工狮子头	肉40、豆腐20	3元/1个				
	土豆牛肉拌饭	土豆40牛肉110米饭	13元	麻辣肉片	肉片20鸡蛋130	4.5元	家常豆腐	豆腐120、肉片30	4.5元	青椒土豆丝	青椒30土豆丝40	2.5元	家常豆腐	豆腐120、肉片30	4.5元				
	豆腐肉沫汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费	紫菜蛋汤		免费	海带骨头汤		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	三色豆芽	绿豆芽100、胡萝卜20、青笋30	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、青笋30	1.0元				
	鼓油煎鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	小葱煎鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	鼓油煎鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	煎鸡蛋	鸡蛋150	3.0元	鼓油煎鸡蛋	鸡蛋150	3.0元				

鑫邦餐厅

合肥一中鑫邦餐厅带量菜单(4月7日--4月11日)

	周一			周二			周三			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	品名	重量 (g)	价格
早餐	菜油饼	面粉70	2元	肉夹馍	面粉90五花肉40	5元	猪肉饼	面粉90肉馅50	5元	菜玉米	300	4元	猪肉饼	面粉90五花肉40	5元
	肉夹馍	面粉90五花肉40	5元	猪肉饼	面粉90肉馅50	5元	菜玉米	300	4元	猪肉沫饼拼	面粉90猪肉沫豆腐渣40	3元	酱香饼	面粉70糖粒10	2.5元
	韭菜粉丝饼	面粉90韭菜15粉丝25	3元	菜玉米	300	4元	猪肉沫饼拼	面粉90猪肉沫豆腐渣40	3元	萝卜丝肉沫饼	面粉90萝卜肉沫饼40	3元	韭菜粉丝饼	面粉90韭菜粉丝40	3元
	葱香饼	面粉70糖粒10	2.5元	鸡蛋饼	面粉60鸡蛋30	1.5元	鸡蛋饼	面粉70糖粒10	2.5元	萝卜丝肉沫饼	面粉90萝卜肉沫饼40	3元	葱油饼	面粉60鸡蛋30	1.5元
	鸡蛋饼	面粉60鸡蛋30	1.5元	南瓜饼	糯米粉40南瓜40	1.5元	糯米盒子	糯米70香肠丁10	2元	葱油饼	面粉70	2元	奶黄包	面粉50奶黄40	1.5元
	手工鲜肉包	面粉50肉馅40	2元	糖香饼	面粉70糖粒10	2.5元	南瓜发糕	面粉50南瓜35	2.5元	手工鲜肉包	面粉50肉馅40	1.5元	香卷	面粉60韭菜粉丝40	1.5元
	香菇青菜包	面粉50香菇青菜40	1.5元	手工鲜肉包	面粉50肉馅40	2元	手工鲜肉包	面粉50肉馅40	2元	香菇青菜包	面粉50香菇青菜40	1.5元	手工鲜肉包	面粉50肉馅40	2元
	豆沙包	面粉50豆沙40	1.5元	萝卜肉沫包	面粉50萝卜肉沫40	1.5元	奶黄包	面粉50奶黄40	1.5元	花卷	面粉80	1元	香菇青菜包	面粉50香菇青菜40	1.5元
	肉丁烧麦	面粉15糯米30香肠肉末15	1.5元	红糖馒头	面粉80	1元	煎鸡蛋	鸡蛋60	1.5元	肉丁烧麦	面粉15糯米30香肠肉末15	1.5元	豆沙包	面粉50豆沙40	1.5元
	香卷	面粉40韭菜粉丝40	1.5元	肉丁烧麦	面粉15糯米30香肠肉末15	1.5元	肉丁烧麦	面粉15糯米30香肠肉末15	1.5元	南瓜饼	面粉15糯米30香肠肉末15	1.5元	肉丁烧麦	面粉15糯米30香肠肉末15	1.5元
中餐	南瓜饼	糯米粉40南瓜40	1.5元	蛋糕	糯米80	1.5元	香卷	面粉40韭菜粉丝40	1.5元	红糖馒头	面粉80	1元	粽子头	面粉80	1.5元
	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	茶叶蛋	鸡蛋60	1.5元	粽子头	面粉80	1.5元
	锅贴	面粉12肉馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12肉馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12肉馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12肉馅28	0.5元/个	锅贴	面粉12肉馅28	0.5元/个
	生煎包	面粉30肉馅25	1元	生煎包	面粉30肉馅25	1元	生煎包	面粉30肉馅25	1元	生煎包	面粉30肉馅25	1元	生煎包	面粉30肉馅25	1元
	燕麦粥		免费	红豆粥		免费	绿豆粥		免费	小米粥		免费	燕麦粥		免费
	咸水鸭	仔鸭150	6元	剁椒鸡块	仔鸭100青椒鸡50	6元	炸鸡块	鸡腿120	6元	咸水鸭	仔鸭150	6元	萝卜烧鸭	仔鸭90胡萝卜60	6元
	炸鸡腿	鸡腿120	6元	白干烧鸭	仔鸭90白干60	6元	千张炒烧肉	肉90千张烧60	6元	回锅肉	肉片110青椒洋葱木耳40	6元	炸鸡腿	鸡腿120	6元
	土豆烧肉	仔鸭90土豆60	6元	回锅肉	肉片110青椒洋葱木耳40	6元	土豆烧肉	仔鸭90土豆60	6元	宫保鸡丁	鸡丁60黄瓜花生米胡萝卜90	5元	剁椒鸡块	仔鸭100杏桃鸡50	6元
	千张烧烧肉	肉90千张烧60	6元	杭椒肉片	肉片80杭椒70	6元	水煮肉片	肉片80豆芽金针菇70	6元	白干烧鸭	仔鸭90白干60	6元	千张炒烧肉	肉90千张烧60	6元
	爆炒猪肝	猪肝120杭椒洋葱30	6元	芹菜炒肉片	肉片30芹菜120	4.5元	毛豆汤	鸡丁90毛豆60	6元	肉沫茄子	肉沫30茄子120	4.5元	青椒丝干炒肉丝	青椒50鸡丁70肉丝30	4.5元
晚餐	肉沫茄子	肉沫30茄子120	4.5元	千张炒白菜	千张30白菜120	3.5元	鸡蛋炒豆腐	鸡蛋30豆腐120	3.5元	麻辣炒肉片	肉片30麻辣120	4.5元	香葱干炒肉丝	肉丝100肉丝30木耳20	4.5元
	青椒丝干炒肉丝	青椒50鸡丁70肉丝30	4.5元	生瓜炒肉片	肉片30生瓜120	4.5元	芹菜炒肉片	肉片30芹菜120	4.5元	韭菜炒干子	韭菜80干子70	4元	肉片家常豆腐	肉片30老豆腐120	4.5元
	香葱肉丝	土豆100肉丝30木耳20	4.5元	青椒炒蛋	青椒80鸡蛋70	4元	香葱肉丝	土豆100肉丝30木耳20	4.5元	土豆作糕	肉丝30土豆盖120	4.5元	芹菜炒肉片	肉片30芹菜120	4元
	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	土豆作糕	肉丝30土豆盖120	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	黄瓜炒肉片	肉片30黄瓜120	4元	藕片炒肉片	藕片30藕片120	4.5元
	肉片包菜	包菜120肉片40	4元	芹菜炒干丝	芹菜80干丝70	4元	青蒜炒蛋	青蒜70鸡蛋80	4元	肉片包菜	包菜120肉片40	4元	藕片炒肉片	肉片30藕片120	4.5元
	剁椒豆腐	剁椒30豆腐120	3.5元	葱油蛋	鸡蛋150	3元	肉沫炒干丝	肉沫30干丝120	4.5元	木耳蒜芽	木耳30木耳20	4元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元
	芹菜炒肉片	肉片70芹菜80	4元	宫保鸡丁	鸡丁60黄瓜花生米胡萝卜90	5元	肉沫炒干丝	肉沫30干丝120	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	芹菜炒肉片	肉片30芹菜120	4.5元
	葱油蛋	鸡蛋150	3元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	千张毛白菜	毛白菜90木耳千张60	3.5元	鸡蛋豆腐	鸡蛋30豆腐120	4元	豆腐炖白菜	豆腐60白菜肉末120	3.5元
	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	2元	酸辣土豆丝	土豆丝120胡萝卜青椒30	2.5元	木耳冬瓜	冬瓜180木耳20	2元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	青椒海带丝	海带丝120青椒30	2元
	酸辣大白菜	酸辣大白菜150	1元	韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	1元	红烧豆腐	豆腐150	1元	酸辣土豆丝	土豆丝120青椒30	2.5元	木耳冬瓜	冬瓜130木耳20	1元
西红柿豆腐羹		免费汤	西红柿豆腐羹		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	
晚餐	炸鸡腿	鸡腿120	6元	素鸡烧排骨	排骨90素鸡60	6元	毛豆汤	鸡丁90毛豆60	6元	粉条烧鸡	仔鸭90粉条60	6元	白干烧肉	肉90白干60	6元
	白干烧肉	仔鸭90白干60	6元	毛豆烧肉	仔鸭90毛豆60	6元	土豆烧肉	仔鸭90土豆60	6元	土豆烧肉	仔鸭90土豆60	6元	土豆烧肉	仔鸭90土豆60	6元
	杭椒肉片	肉片80杭椒70	6元	炸鸡腿	鸡腿120	6元	小炒肉	鸡腿肉100青椒洋葱50	6元	爆炒猪肝	猪肝120杭椒洋葱30	6元	芹菜炒肉片	肉片30芹菜120	4.5元
	回锅肉	肉片110青椒洋葱木耳40	6元	韭菜炒香干	韭菜80香干70	4元	回锅肉	肉片110青椒洋葱木耳40	6元	水煮肉片	肉片60豆芽金针菇70	6元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元
	肉片杏桃鸡	肉片30杏桃鸡120	4.5元	芹菜炒干丝	肉片30芹菜120	4.5元	炒合菜	韭菜豆芽30鸡蛋50粉丝70	4.5元	肉片杏桃鸡	肉片30杏桃120	4.5元	肉片杏桃鸡	肉片30杏桃120	4.5元
	肉丝炒青椒	肉丝30青椒120	4.5元	青椒丝干炒肉丝	青椒50鸡丁70肉丝30	4.5元	生瓜炒肉片	肉片30生瓜120	4.5元	青蒜炒干子	青蒜70干子80	4元	青椒炒蛋	青椒80鸡蛋70	4元
	麻辣炒肉片	肉片30麻辣片120	4.5元	麻辣炒肉片	肉片30麻辣片120	4.5元	土豆作糕	肉丝30土豆盖干120	4.5元	肉丝炒干子	肉丝30干子70	4元	千张/海带丝	海带丝120干张30	3.5元
	红烧素鸡	素鸡150	4元	芹菜炒肉片	肉片70芹菜80	4元	洋葱炒蛋	洋葱90鸡蛋80	4元	芹菜炒肉片	肉片30芹菜120	4.5元	酸辣大白菜	大白菜150	2元
	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	青椒炒土豆	土豆丝120青椒30	2.5元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	椒盐素鸡	素鸡150	3元			
	黄瓜炒蛋	黄瓜90鸡蛋60	4元	千张毛白菜	千张毛白菜90木耳千张60	3.5元	芹菜炒香干	芹菜80香干70	4元	大白菜粉丝	大白菜90粉丝60	4元			
青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	2元	西红柿炒蛋	西红柿90鸡蛋60	4元	素鸡	鸡蛋150	3元	青椒土豆丝	土豆丝120青椒30	2.5元				
素鸡羹	鸡蛋150	3元	青椒炒白菜	青椒60千张90	4元	青椒海带丝	海带丝120青椒30	2元	千张毛白菜	毛白菜90木耳千张60	3.5元				
韭菜豆芽	韭菜60豆芽90	1元	酸辣大白菜	大白菜150	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	
冬瓜鸡蛋汤		免费汤	紫菜蛋汤		免费汤	西红柿豆腐羹		免费汤	青菜豆腐汤		免费汤	西红柿豆腐羹		免费汤	

圣食荟餐厅

[illegible]

周二		周三		周四	
重量	价格	品名	重量	价格	品名
100kg 100kg 100kg 100kg	10000	猪肉大包	100kg 100kg 100kg 100kg	10000	猪肉大包

合肥一中食品问题“你呼我应”联系方式:

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

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

