

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（9月22日—9月26日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（9月22日—9月26日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（9月22日—9月26日）				合肥一中优芙得餐厅带量菜单（9月22日—9月26日）			
周一				周二				周三				周四			
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	
大肉包	肉30,面粉40	1.5元		大肉包	肉30,面粉40	1.5元		韭菜盒子	韭菜30,粉丝20,面粉60	2.5元		糜玉米	玉米160	2.0元	
玉米	玉米160	2.0元		香菇青菜包	香菇10,青菜30,面粉50	1.5元		南瓜黑米卷	南瓜10,青菜30,面粉15	2.5元		红薯	红薯50	2.0元	
鸡蛋饼	鸡蛋30鸡蛋10	1.0元		红糖开花馍	红糖20,面粉70	2.0元		鱼香肉丝包	面粉50,鱼香肉丝40	1.5元		大肉包	肉30,面粉40	1.5元	
豆角包	面粉40g酸豆角30g	1.5元		手工蒸饺	米面15,馅15	1.0元/2个		大肉包	肉30,面粉40	1.5元		梅干菜包	梅干菜30,面粉40	1.5元	
紫山芋	山芋60	2.0元		糕糕	糯米80	1.5元		南瓜饼	南瓜15,面粉60	1.5元		红薯	红薯50	2.0元	
糕糕	糯米80	1.5元		春卷	韭菜15,粉丝15,面粉,30	1.5元		油条	面粉40	1.0元		糕糕	糯米80	1.5元	
煎饺	肉10,饺皮15	1.0元/3个		馒头	面粉60g	0.5元		春卷	韭菜15,粉丝15,面粉,30	1.5元		煎饺	肉10,饺皮15	1.0元/3个	
豆沙包	豆沙30,面粉40	1.5元		梅干菜包	梅干菜30,面粉40	1.5元		馒头	面粉60g	0.5元		手工蒸饺	面粉15,猪肉15	1.0元/2个	
花卷	葱10,面粉60	1.5元		南瓜紫菜卷	南瓜15,面粉40,紫菜25	2.5元		手工蒸饺	面粉15,猪肉15	1.0元/2个		花卷	葱10,面粉60	1.5元	
南瓜	南瓜80	1.5元		煎包	肉15,面粉25	1.5元		香菇青菜包	香菇10,青菜30,面粉50	1.5元		太阳饼	鸡蛋60,土豆丝40	3.0元	
春卷	韭菜15,粉丝15,面粉,30	1.5元		卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元		糖包	糖30,面粉60	1.5元		卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元	
蛋糕	鸡蛋10,面粉90	2.5元		玉米	玉米160	2.0元		卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元		南瓜	南瓜80	1.5元	
馒头	面粉60g	0.5元		红薯	红薯50	2.0元		煎饺	肉10,饺皮15	1.0元/3个		豆角包	面粉40g酸豆角30g	1.5元	
手工蒸饺	面粉15,猪肉15	1.0元/2个		蛋糕	鸡蛋10,面粉90	2.5元		红薯	红薯50	2.0元		韭菜	韭菜15,粉丝15,面粉,30	1.5元	
蛋糕	蛋糕皮9.5g,蛋糕液7.5g	3元		煎饺	肉10,饺皮15	1.0元/3个		梅干菜发面饼	梅干菜30,肉10,面40	2.5元		蛋糕	鸡蛋10,面粉90	2.5元	
三角紫米吐司	紫米60g,吐司40g	4元		蛋糕	蛋糕皮9.5g,蛋糕液7.5g	3元		鸡蛋饼	面粉30鸡蛋10	1.0元		紫米卷	紫米发面80g	4元	
紫薯卷饼	紫薯70g,饼皮60g	4元		三角紫米吐司	紫米60g,吐司40g	4元		蛋糕	蛋糕皮9.5g,蛋糕液7.5g	3元		三角紫米吐司	紫米60g,吐司40g	4元	
小圆饼	鸡蛋10,面粉25	1.0元		紫薯卷饼	紫薯70g,饼皮60g	4元		三角紫米吐司	紫米60g,吐司40g	4元		南瓜饼	南瓜15,面粉50	1.5元	
麦仁稀饭		免费		红豆稀饭		免费		麦仁稀饭		免费		南瓜稀饭		免费	
辣糊汤		免费		辣糊汤		免费		辣糊汤		免费		辣糊汤		免费	
酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元		三色豆芽	绿豆芽80g胡萝卜30g青萝卜40g	1.0元		辣炒冬瓜	冬瓜150g	1.0元		辣炒萝卜	萝卜150g	1.0元	
炆炒绿豆芽	青椒40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.5元		清炒南瓜丝	青南瓜150g	1.5元		豉芽炒粉丝	粉丝50g黄豆芽100g	1.5元		包菜炒粉丝	包菜100g粉丝50g	1.5元	
小葱蒸鸡蛋	小葱10g鸡蛋140g	3.0元		豉油蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元		西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元		生瓜炒蛋	生瓜100g鸡蛋50g	4.0元	
蒸鸭块	白葱鸭150g	6.0元		米粉肉	米粉肉100g	6.0元		凉拌蹄膀	蹄膀100g白干50g	6.0元		奥尔良烤鸡腿	鸡腿100g	6.0元	
土豆烧肉	五花肉80g土豆70g	6.0元		土豆排骨	土豆70g排骨80g	6.0元		年糕香辣虾	年糕80g虾70g	6.0元		红烧大排片	大排120g	6.0元	
糖醋里脊	黄鱼50g青尖肉100g	6.0元		香酥茄饼肉	猪肉90g青尖肉60g	6.0元		干辣牛肉	干辣牛肉80g	6.0元		炒辣牛肉	糯米20g肉圆100g	6.0元	
排骨煨年糕	鲜小排80g手搯年糕70g	6.0元		西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元		番茄毛圈灌蛋	番茄40g猪肉80g鸡蛋30g	5.0元		洋葱回锅肉	五花肉100g 蒜干30g, 洋葱20	6.0元	
胡萝卜烧牛肉	胡萝卜60g 牛肉90g	6.0元		黄金小年糕	手搯年糕150g	4.5元		豆角干丝	豆角60g干丝90g	4.0元		剁椒蒸鱼块	草鱼130g 剁椒20g	6.0元	
豆角蒸干丝	豆角60g蒜干60g胡萝卜30g	4.0元		耗油生菜	生菜150g	3.0元		奥尔良炸鸡	三黄仔鸡150g	6.0元		豆角蒸干肉丝	豆角60g 蒜干40g 肉丝30g	4.5元	
西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元		干锅土豆片	土豆120g肉片30g	3.5元		糖醋排骨年糕	排骨120g年糕30g	6.0元		青椒肉丝	青椒120g 肉丝30g	4.5元	
肉末茄子	茄子140肉末10g	4.5元		肉圆灌鸡蛋	鸡蛋30g猪肉末120g	6.0元		地三鲜	土豆50g茄子50g豆角20g肉丝30g	4.5元		腐竹炒肉片	里脊肉30g 腐竹80g 青椒30g 红椒30g	4.5元	
青椒炒蛋	青椒70鸡蛋60	4.5元		芹菜蒸干丝	芹菜100g 香干50g	4.0元		蒿笋木耳	蒿笋90g木耳60g	4.0元		香菇青菜	青菜130g香菇20g	3.0元	
酸辣土豆丝	土豆丝140g干辣椒10g	2.5元		蒿笋木耳	蒿笋90g木耳60g	4.0元		蒜泥青菜	小青菜150g	3.0元		香菇炒蛋	香菇 80g鸡蛋70g	4.0元	
红烧豆腐	豆腐150g	2.0元		干辣牛肉	干辣60g猪肉100g	6.0元		青椒土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5元		酸辣土豆丝	土豆丝150g	2.5元	
清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元		娃娃菜150g		3.0元		干锅花菜	花菜120g肉片10g青蒜20g	4.5元		胡萝卜丝	青蒜150g	4.0元	
蔬菜汤		免费		西红柿蛋汤		免费		绿豆汤		免费		紫菜蛋汤		免费	
酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元		三色豆芽	绿豆芽80g胡萝卜30g青萝卜40g	1.0元		辣炒冬瓜	冬瓜150g	1.0元		辣炒萝卜	萝卜150g	1.0元	
米粉排骨	排骨120g米粉30g	6.0元		米粉肉	肉130g米粉20g	6.0元		脆皮蹄膀	蹄膀150g	6.0元		奥尔良烤鸡腿	鸡腿100g	6.0元	
红烧瓦块鱼	鱼块150g	6.0元		糯米烧根	翅根50g糯米10g	3.5元/个		土豆炖牛肉	土豆80g牛肉70g	6.0元		米粉肉	前夹肉130g米粉20g	6.0元	
脆皮蹄膀	蹄膀150g	6.0元		土豆烧肉	干辣猪肉	6.0元		干辣猪肉	干辣70g猪肉90g	6.0元		手工大肉圆	肉圆100g	5.0元	
糖醋里脊	里脊肉90g年糕60g	6.0元		西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元		湘式炒猪肝	猪肝80g杭椒40g青蒜30g	5.0元		糖醋排骨	排骨130g 年糕20g	6.0元	
水素肉片	鱼芽40干张40肉片80	6.0元		鱼香茄子	茄子140g肉沫10g	4.5元		豆角干丝	豆角60g干丝90g	4.0元		剁椒蒸鱼块	草鱼130g 剁椒20g	6.0元	
蒿笋木耳	蒿笋130g木耳20g	4.0元		辣椒辣鸡蛋	辣椒90g鸡蛋60g	4.5元		生瓜炒蛋	生瓜90g鸡蛋60g	4.0元		豆角蒸干肉丝	豆角60g 蒜干40g 肉丝30g	4.5元	
西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元		干锅土豆片	土豆120g肉片30g	3.5元		青笋肉片	豆腐150g	2.0元		青椒土豆丝	青椒120g 肉丝30g	4.5元	
肉末茄子	茄子110肉末40g	4.5元		爆炒鸭丁	鸡丁120g辣椒20g洋葱10g	6.0元		地三鲜	土豆50g茄子50g豆角20g肉丝30g	4.5元		爆炒藕片	藕150g	4.0元	
酸辣土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.5元		芹菜干丝	芹菜90g干丝90g	4.0元		干锅花菜	花菜90g 肉片30g青蒜30g	4.5元		香菇炒蛋	香菇 80g鸡蛋70g	4.0元	
红烧豆腐	豆腐150g	2.0元		三色豆芽	绿豆芽80g胡萝卜30g青萝卜40g	2.0元		青椒土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5元		清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	
小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元		香菇青菜	青菜130g香菇20g	3.0元		蒜泥生菜	生菜150g	3.0元		酸辣土豆丝	土豆150	2.0元	
香菇青菜	青菜150g香菇10g	3.0元		爆炒猪肝	洋葱20g猪肝120g辣椒10g	5.0元		辣炒牛肉		免费		紫菜蛋汤		免费	
紫菜蛋汤		免费		西红柿蛋汤		免费		绿豆汤		免费		紫菜蛋汤		免费	

合肥一中优美得餐厅自选称重菜单（9月22日--9月26日）						一中优美得餐厅自选称重菜单（9月22日--9月26日）						中优美得餐厅自选称重菜单（9月22日--9月26日）						肥一优美得餐厅自选称重菜单（9月22日--9月26日）						肥一中优美得餐厅自选称重菜单（9月22日--9月26日）					
周一						周二						周三						周四						周五					
红烧蹄膀 干煸土豆肉片 椒盐鸡柳 剁椒娃娃菜 卤素鸡 川味扣肉 糖醋排骨 炸鸡块 青椒鸡杂 香酥鱼片 肉沫长豆角 番茄炒鸡蛋 蚝油生菜 玉米 山芋		自助称重		1.98元/两		包草粉丝炒蛋 青椒酱牛肉丝 热拌苕丁 蒜蓉金针菇 口水鸡 酸辣猪肝 梅干菜扣肉 无糖蜜藕 鸡蛋煎豆腐 东坡肉 烤鸡腿 油爆基围虾 韭菜淡炒鸡蛋 玉米 南瓜		自助称重		1.98元/两		咖喱鸡丁 珍珠肉圆 黄金小年糕 孜然土豆片 肉沫蒸鸡蛋 剁椒蒸大排 蒜苗炒鸡杂 青椒酱牛肉丝 川味口水鸡 糖醋鸡柳 浇汁蹄膀 豆角茄条 西红柿炒鸡蛋 花生 马蹄		自助称重		1.98元/两		卤鸡爪 珍珠肉圆 黄金小年糕 狼牙土豆 脆皮鸡 糯米排骨 辣子鸡 水煮肉片 糖醋鸡柳 汤汁蹄膀 豆角茄条 西红柿炒鸡蛋 花生 马蹄		自助称重		1.98元/两		奥尔良烤肉 平菇炒青菜 川味口水鸡 糖醋排骨 梅干菜扣肉 黑椒汁鲑肉排 酸辣土豆丝 杭椒炒鸡杂 奥尔良烤鸡 鱼香肉丝 肉丝烧麦 肉沫豆腐 蒜香金针菇 山药 贝贝南瓜		自助称重		1.98元/两	
粉丝、面条类						盖饭、拌饭类						咖喱饭、意面、炒饭、炒面类						火锅、饼类											
牛肉米线/大米线/河粉260g千张40g青菜40g 12.0元						隆江猪脚饭 米饭/意面：400g馒头:100g 14.0元						鸡蛋炒饭 米饭180g辅料30 9.0元						排骨小火锅 排骨110g配菜140g 12.0元						土豆 土豆35g 1.0元					
牛肉粉丝 / 粉丝/火锅盖面260g千张40g青菜40g 12.0元						秘制叉烧饭 米饭/意面：400g馒头:100g 14.0元						牛肉炒饭 米饭180g牛肉90g 13.0元						牛肉小火锅 牛肉110g配菜140g 14.0元						包菜 包菜35g 2.0元					
烤肉面 烤肉100g面条 230g 12.0元						糖醋里脊拌饭 米饭/意面：400g馒头:100g 13.0元						老干妈肉沫炒饭 米饭180g肉腊40g 13.0元						小酥肉火锅 手工小酥肉110g配菜140g 14.0元						金针菇 金针菇35g 2.0元					
红烧牛腩面 牛腩40g面条 230克 13.0元						奥尔良烤肉拌饭 米饭/意面：400g馒头:100g 13.0元						鸡蛋白丝炒面 面300g配菜40g 12.0元						肉松烤肉手抓拼 肉松30g烤肉40g手抓拼50g 7.0元						煎蛋 鸡蛋40g 1.5元					
糖醋排骨面 排骨80g面条 230克 14.0元						鸡丁拌饭 米饭/意面：400g馒头:100g 13.0元						糖醋里脊饭/意面 米饭/意面:400g馒头:100g 13.0元						肉末馍 肉末30g馍90g 8.0元						素鸡 素鸡35g 2.0元					
农家小炒肉 小炒肉100g面条 230克 13.0元						咖喱肉丁饭 米饭180g馒头140g配菜90g 14.0元						茄汁粗根饭 米饭/意面:400g馒头:100g 13.0元						掉渣饼 面粉100g馅料50g 3.5元						香菇 香菇35g 2.0元					
鱼香肉丝面 鱼香肉丝100g面条 230克 12.0元						嘉式烤肉饭 米饭180g馒头140g配菜90g 14.0元						酱汁羊肉饭 米饭/意面:400g馒头:100g 13.0元						麻辣拌 娃娃菜40g火锅面150g土豆20g藕20g肉片20g馕子20g鸭腿2个 年糕 年糕45g 5.0元											
大排面 大排110g面条 230克 14.0元						回锅肉饭 米饭180g馒头130g配菜90g 14.0元						奥尔良烤肉饭 米饭/意面:400g馒头:100g 13.0元												豆角 豆角15g 1.0元					
爆炒鸡丁面 鸡丁100g面条 230克 12.0元						鱼香茄子饭 米饭180g馒头130g配菜90g 13.0元						蜜汁烤肉饭 米饭/意面:400g馒头:100g 13.0元												鹌鹑蛋 鹌鹑蛋30g 2.0元					
越香鸡蹄面 鸡蹄80g面条 230克 13.0元						水煮肉片饭 米饭180g馒头140g配菜90g 14.0元						椒盐手工小酥肉 米饭/意面:400g馒头:100g 13.0元												鸡蜜干 鸡蛋干30g 2.0元					
可乐鸡面 可乐鸡100g面条 230克 13.0元						糖醋里脊饭 米饭180g馒头140g配菜90g 13.0元																		花干 花干25g 2.0元					
红烧牛杂面 牛杂50g面条 230克 14.0元						照烧鸡腿饭 米饭180g鸡腿90g配菜90g 14.0元																		炸鸡排 鸡排50g 5.0元					
干锅土豆肉 土豆烧肉130g面条 230克 11.0元						黑椒里脊肉丁 米饭180g馒头140g配菜90g 13.0元																		烤鸡肉串 鸡肉串30g 2.5元					
青菜素面 青菜20g面条 230克 6.0元						可乐鸡饭 米饭180克馒头140克 配菜90克 14.0元																		烤五花肉 五花肉25g 3.0元					
葱油拌面 葱油20g面条 230克 7.0元						奥尔良鸡肉饭 米饭180克馒头130克 配菜90克 12.0元																		奥尔良烤鸡翅 鸡腿60g 6.0元					
香辣鸡杂面 鸡杂100g面条 230克 14.0元						小炒鸡杂饭 米饭180克馒头130克 配菜90克 13.0元																							
麻婆西红柿 麻婆西红柿鸡杂130g面条 230克 10.0元						鸡柳饭（每周二） 米饭180克馒头130克配菜90克 13.0元																							
口水鸡面 口水鸡100g面条 230克 14.0元																													
麻辣鸡丝面 麻辣鸡丝100g面条 230克 14.0元																													
肉臊子拌面 肉臊子100g面条 230克 14.0元																													
卤花干、卤1个 1.5元																													
葱油烧饼 葱油20g面粉40g 2.0元																													
香酥锅巴 锅巴65g 2.0元																													

玉兔餐厅

	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	品名	重量	价格		
早餐	鲜肉大包	肉馅 25克 面粉 45克 计70克	1.5元	鲜肉大包	肉馅 25克 面粉 45克 计70克	1.5元	鲜肉大包	肉馅 25克 面粉 45克 计70克	1.5元	鲜肉大包	肉馅 25克 面粉 45克 计70克	1.5元	鲜肉大包	肉馅 25克 面粉 45克 计70克	1.5元	鲜肉大包	肉馅 25克 面粉 45克 计70克	1.5元		
	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计	1.5元	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计	1.5元	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计	1.5元	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计	1.5元	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计	1.5元	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计	1.5元		
	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45克 计70克	1.5元	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45克 计70克	1.5元	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45克 计70克	1.5元	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45克 计70克	1.5元	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45克 计70克	1.5元	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45克 计70克	1.5元		
	鱼香肉丝包	胡萝卜10克 木耳10克 肉丝5克 面粉45克 计70克	1.5元	鱼香肉丝包	胡萝卜10克 木耳10克 肉丝5克 面粉45克 计70克	1.5元	鱼香肉丝包	胡萝卜10克 木耳10克 肉丝5克 面粉45克 计70克	1.5元	鱼香肉丝包	胡萝卜10克 木耳10克 肉丝5克 面粉45克 计70克	1.5元	鱼香肉丝包	胡萝卜10克 木耳10克 肉丝5克 面粉45克 计70克	1.5元	鱼香肉丝包	胡萝卜10克 木耳10克 肉丝5克 面粉45克 计70克	1.5元		
	青菜包	青菜 25克 面粉45克 计70克	1.5元	青菜包	青菜 25克 面粉45克 计70克	1.5元	青菜包	青菜 25克 面粉45克 计70克	1.5元	青菜包	青菜 25克 面粉45克 计70克	1.5元	青菜包	青菜 25克 面粉45克 计70克	1.5元	青菜包	青菜 25克 面粉45克 计70克	1.5元		
	奥尔良鸡肉包	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元	奥尔良鸡肉包	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元	奥尔良鸡肉包	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元	奥尔良鸡肉包	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元	奥尔良鸡肉包	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元	奥尔良鸡肉包	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元		
	肉鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元	肉鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元	肉鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元	肉鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元	肉鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元	肉鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元		
	桂花糕	桂花露 30克 面粉50克 计80克	2.5元	桂花糕	桂花露 30克 面粉50克 计80克	2.5元	桂花糕	桂花露 30克 面粉50克 计80克	2.5元	桂花糕	桂花露 30克 面粉50克 计80克	2.5元	桂花糕	桂花露 30克 面粉50克 计80克	2.5元	桂花糕	桂花露 30克 面粉50克 计80克	2.5元		
	红糖发糕	红糖15克 面粉55克 计70克	2.5元	红糖发糕	红糖15克 面粉55克 计70克	2.5元	红糖发糕	红糖15克 面粉55克 计70克	2.5元	红糖发糕	红糖15克 面粉55克 计70克	2.5元	红糖发糕	红糖15克 面粉55克 计70克	2.5元	红糖发糕	红糖15克 面粉55克 计70克	2.5元		
	鲜肉包	猪肉 30克 面粉 50克 计80克	2.5元	鲜肉包	猪肉30克 面粉50克 计80克	2.5元	鲜肉包	猪肉 30克 面粉50克 计80克	2.5元	鲜肉包	猪肉 30克 面粉50克 计80克	2.5元	鲜肉包	猪肉 30克 面粉50克 计80克	2.5元	鲜肉包	猪肉 30克 面粉50克 计80克	2.5元		
	春卷	春卷皮 20克 春卷馅 40克 计60克	1.5元	春卷	春卷皮20克 春卷馅40克 计60克	1.5元	春卷	春卷皮 20克 春卷馅 40克 计60克	1.5元	春卷	春卷皮 20克 春卷馅 40克 计60克	1.5元	春卷	春卷皮20克 春卷馅40克 计60克	1.5元	春卷	春卷皮20克 春卷馅40克 计60克	1.5元		
	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计80克	1.5元	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计80克	1.5元	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计80克	1.5元	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计80克	1.5元	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计80克	1.5元	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计80克	1.5元		
	糖糕	糖20克 面粉60克 计80克	1.5元	糖糕	糖20克 面粉60克 计80克	1.5元	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元		
	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元		
	茴香饼	茴15克 面粉 35克 计50克	2.5元	茴香饼	茴15克 面粉35克 计50克	2.5元	茴香饼	茴15克 面粉 35克 计50克	2.5元	茴香饼	茴15克 面粉 35克 计50克	2.5元	茴香饼	茴15克 面粉 35克 计50克	2.5元	茴香饼	茴15克 面粉 35克 计50克	2.5元		
	鲜肉饼	肉馅25克 面粉40克 计 65克	3.5元	鲜肉饼	肉馅25克 面粉40克 计 65克	3.5元	鲜肉饼	肉馅25克 面粉40克 计 65克	3.5元	鲜肉饼	肉馅25克 面粉40克 计 65克	3.5元	鲜肉饼	肉馅25克 面粉40克 计 65克	3.5元	鲜肉饼	肉馅25克 面粉40克 计 65克	3.5元		
	千层饼	面粉33克 小葱2克 计35克	2.5元	千层饼	面粉33克 小葱2克 计35克	2.5元	千层饼	面粉 33克 小葱2克 计35克	2.5元	千层饼	面粉 33克 小葱2克 计35克	2.5元	千层饼	面粉 33克 小葱2克 计35克	2.5元	千层饼	面粉 33克 小葱2克 计35克	2.5元		
	鸡蛋灌饼	鸡蛋60克 面粉40克 计100克	2.5元	鸡蛋灌饼	鸡蛋60克 面粉40克 计100克	2.5元	鸡蛋灌饼	鸡蛋60克 面粉40克 计100克	2.5元	鸡蛋灌饼	鸡蛋60克 面粉40克 计100克	2.5元	鸡蛋灌饼	鸡蛋60克 面粉40克 计100克	2.5元	鸡蛋灌饼	鸡蛋60克 面粉40克 计100克	2.5元		
	鸡蛋饼	鸡蛋30克 面粉35克 计65克	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋30克 面粉35克 计65克	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋30克 面粉35克 计65克	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋30克 面粉35克 计65克	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋30克 面粉35克 计65克	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋30克 面粉35克 计65克	2.5元		
	酸菜肉色包	酸菜15克 肉10克 面粉45克	1.5元	酸菜肉色包	酸菜15克 肉10克 面粉45克	1.5元	酸菜肉色包	酸菜15克 肉10克 面粉45克	1.5元	酸菜肉色包	酸菜15克 肉10克 面粉45克	1.5元	酸菜肉色包	酸菜15克 肉10克 面粉45克	1.5元	酸菜肉色包	酸菜15克 肉10克 面粉45克	1.5元		
火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计60克	3.5元	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计60克	3.5元	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计60克	3.5元	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计60克	3.5元	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计60克	3.5元	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计60克	3.5元			
土豆丝卷饼	土豆丝25克 卷饼45克 计70克	3.5元	土豆丝卷饼	土豆丝25克 卷饼 45克 计70克	3.5元	土豆丝卷饼	土豆丝25克 卷饼45克 计70克	3.5元	土豆丝卷饼	土豆丝25克 卷饼 45克 计70克	3.5元	土豆丝卷饼	土豆丝25克 卷饼 45克 计70克	3.5元	土豆丝卷饼	土豆丝25克 卷饼45克 计70克	3.5元			
梅干菜肉饼	梅干菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	梅干菜肉饼	梅干菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	梅干菜肉饼	梅干菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	梅干菜肉饼	梅干菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	梅干菜肉饼	梅干菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元	梅干菜肉饼	梅干菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元			
锅贴	锅贴20g	0.5元	锅贴	锅贴20g	0.5元	锅贴	锅贴20g	0.5元	锅贴	锅贴20g	0.5元	锅贴	锅贴20g	0.5元	锅贴	锅贴20g	0.5元			
糯米饭	糯米饭 60克 计 60克	2元	糯米饭	糯米饭 60克 计 60克	2元	糯米饭	糯米饭 60克 计 60克	2元	糯米饭	糯米饭 60克 计 60克	2元	糯米饭	糯米饭 60克 计 60克	2元	糯米饭	糯米饭60克 计 60克	2元			
稀饭		免费	稀饭		免费	稀饭		免费	稀饭		免费	稀饭		免费	稀饭		免费			
中餐	海带烧肉	猪肉100克 海带50克 计150克	6元	土豆烧肉	猪肉100克 土豆50克 计150克	6元	白干烧肉	白干60克 五花肉90克 计150克	6元	冬瓜烧肉	冬瓜70克 五花肉80克 计150克	6元	海带烧肉	猪肉100克 海带50克 计150克	6元	蒜香鸡腿	鸡腿150克	6元		
	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	茄汁烧鸡	鸡腿150克	6元	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	香樟肉锅肉	肉片90克蒜苗50克青蒜10克 计150克	6元	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	香樟肉锅肉	肉片90克蒜苗50克青蒜10克 计150克	6元		
	莴笋红烧肉	莴笋60克五花肉90克计150克	6元	红烧大排	大排肉150克	6元	茄汁烧鸡	鸡腿150克	6元	香樟肉锅肉	肉片90克蒜苗50克青蒜10克 计150克	6元	莴笋红烧肉	莴笋60克五花肉90克计150克	6元	千菜结烧肉	千菜结60克 五花肉90克 计150克	6元		
	香辣鸡炒虾	鸡腿150克	6元	干锅鸭腿	鸭腿150克	6元	香辣鸡	年猴 60克 虾 90克 计150克	6元	椒盐排骨	肉片40克蒜苗50克青蒜10克 计150克	6元	香辣鸡炒虾	鸡腿150克	6元	椒盐排骨	肉片40克蒜苗50克青蒜10克 计150克	6元		
	小炒肉	猪肉片90克 洋葱20克 青椒40克 计150克	6元	肉沫茄子	肉沫40克 茄子110克 计150克	4元	白干炒肉丝	青蒜 35克白干 55克 肉丝 60克 计150克	4元	干锅脆皮鸡	肉片40克青蒜30克椒盐30克 计150克	4元	小炒肉	猪肉片90克 洋葱20克 青椒40克 计150克	6元	干锅脆皮鸡	肉片40克青蒜30克椒盐30克 计150克	4元		
	孜然蒸鳊鱼	鳊鱼100克 肉片50克 计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	肉沫烧茄子	肉沫 45克 茄块 105克 计150克	4元	干锅花菜	花菜35克青蒜15克胡萝卜10克肉片40克 计150克	4元	孜然蒸鳊鱼	鳊鱼100克 肉片50克 计150克	4元	干锅花菜	花菜35克青蒜15克胡萝卜10克肉片40克 计150克	4元		
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	干锅花菜	干锅花菜 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克 计150克	4元	肉沫烧茄子	肉沫40克 茄子110克 计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	干锅花菜	干锅花菜 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克 计150克	4元	干锅茄子	干锅茄子 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克 计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅花菜	干锅花菜 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克 计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	黄鱼炒鸡蛋	黄鱼55克鸡蛋45克肉丝50克 计150克	4元	香芹白干炒肉丝	芹菜65克白干40克肉丝45克 计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	黄鱼炒鸡蛋	黄鱼55克鸡蛋45克肉丝50克 计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	青椒土豆丝	土豆丝110克 青椒丝40克 计150克	3元	肉沫茄子	肉沫40克 茄子110克 计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	青椒土豆丝	土豆丝110克 青椒丝40克 计150克	3元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	蒜苗炒肉丝	蒜苗65克肉丝45克胡萝卜20克青椒丝30克 计150克	4.5元	青椒豆腐皮	豆腐皮50克 青菜110克 计150克	3元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	蒜苗炒肉丝	蒜苗65克肉丝45克胡萝卜20克青椒丝30克 计150克	4.5元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	香葱青菜	香葱40克青菜110克 计150克	3元	香葱青菜	香葱50克 青菜100克 共计150克	3元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	香葱青菜	香葱40克青菜110克 计150克	3元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	红烧茄子	茄子150克	4元	剁椒平包菜	包菜130克 剁椒20克 计150克	2元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	红烧茄子	茄子150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	家常烧豆腐	豆腐70克青蒜片15克红椒片15克蒜末10克 计150克	4元	青葱绿豆芽	青葱丝35克 绿豆芽115克 计150克	1元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	家常烧豆腐	豆腐70克青蒜片15克红椒片15克蒜末10克 计150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	醋溜大白菜	白菜150克	1元	西红柿蛋汤		免费	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	醋溜大白菜	白菜150克	1元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	紫菜蛋汤		免费	西红柿蛋汤		免费	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	干锅牛肉片	牛肉150克	4元	紫菜蛋汤		免费	干锅牛肉片	牛肉150克	4元		
	晚餐	米精英鸭块	米精英50克鸭块100克计150克	6元	红烧大排	大排肉150克	6元	米精英鸭块	米精英50克鸭块100克计150克	6元	米精英鸭块	米精英50克鸭块100克计150克	6元	米精英鸭块	米精英50克鸭块100克计150克	6元	米精英鸭块	米精英50克鸭块100克计150克	6元	
		糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	辣仔鸡	鸡肉150克	6元	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	糖醋小酥肉	猪肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元	
		蒜苗回锅肉	蒜苗30克红椒10克洋葱20克肉片90克计150克	6元	红烧鱼块	鱼块150克	6元	蒜苗回锅肉	蒜苗30克红椒10克洋葱20克肉片90克计150克	6元	蒜苗回锅肉	蒜苗30克红椒10克洋葱20克肉片90克计150克	6元	蒜苗回锅肉	蒜苗30克红椒10克洋葱20克肉片90克计150克	6元	蒜苗回锅肉	蒜苗30克红椒10克洋葱20克肉片90克计150克	6元	
		土豆烧鸡块	土豆60克 鸡块 90克 计150克	6元	土豆烧肉	土豆60克 五花肉 90克 计150克	6元	土豆烧鸡块	土豆60克 鸡块 90克 计150克	6元	土豆烧鸡块	土豆60克 鸡块 90克 计150克	6元	土豆烧鸡块	土豆60克 鸡块 90克 计150克	6元	土豆烧鸡块	土豆60克 鸡块 90克 计150克	6元	
白干红烧肉		白干60克五花肉90克计150克	6元	麻竹香鸭腿	麻竹60克鸭块90克计150克	6元	白干红烧肉	白干60克五花肉90克计150克	6元	白干红烧肉	白干60克五花肉90克计150克	6元	白干红烧肉	白干60克五花肉90克计150克	6元	白干红烧肉	白干60克五花肉90克计150克	6元		
西红柿炒鸡蛋		西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元		
肉沫烧茄子		肉沫 40克茄子110克计150克	4.5元	鱼香茄子	肉丝50克茄子100克计150克	4.5元	肉沫烧茄子	肉沫 40克茄子110克计150克	4.5元	肉沫烧茄子	肉沫 40克茄子110克计150克	4.5元	肉沫烧茄子	肉沫 40克茄子110克计150克	4.5元	肉沫烧茄子	肉沫 40克茄子110克计150克	4.5元		
胡萝卜炒肉片		胡萝卜片75克洋葱片35克肉片40克计150克	4元	青椒炒干菜	青椒60克干菜90克计150克	4元	胡萝卜炒肉片	胡萝卜片75克洋葱片35克肉片40克计150克	4元	胡萝卜炒肉片	胡萝卜片75克洋葱片35克肉片40克计150克	4元	胡萝卜炒肉片	胡萝卜片75克洋葱片35克肉片40克计150克	4元	胡萝卜炒肉片	胡萝卜片75克洋葱片35克肉片40克计150克	4元		

鸿青餐厅

[illegible]

大佳一餐厅

大佳一 大佳一餐厅一周菜单 (9.22-9.28)																																																											
周一					周二					周三					周四					周五					周六																																		
餐别	品名	重量 (g)	价格		餐别	品名	重量 (g)	价格		餐别	品名	重量 (g)	价格		餐别	品名	重量 (g)	价格		餐别	品名	重量 (g)	价格																																				
早餐	大肉包	肉40, 面粉50	1.5元		早餐	梅干菜饼	梅干菜30, 面粉60	2.5元		早餐	油条	面粉80	2.0元		早餐	南瓜馒头	南瓜40, 面粉30	0.5元		早餐	韭菜包	韭菜30, 粉丝20, 面粉60	3.5元																																				
	手工蒸饺	米面20, 馅料	1.5元			早餐	粉丝包	粉丝30, 面粉60	1.5元			早餐	梅干菜包	梅干菜40, 面粉50		1.5元		早餐	鱼香肉丝包		面粉50, 鱼香肉丝40	1.5元																																					
	南瓜馒头	面粉70	0.5元				早餐	红豆包	红豆30, 面粉60		1.5元			早餐		粉丝包	粉丝40, 面粉50		1.5元			早餐	大肉包	肉40, 面粉50	1.5元																																		
	粉丝肉饼	粉丝肉馅40, 面粉50	2.5元					早餐	卤鸡蛋		鸡蛋60-70		1.5元				早餐		红豆包		红豆40, 面粉50		1.5元		早餐	肉丁烧麦	面粉15, 馅料45	1.5元																															
	鸡蛋饼	鸡蛋100, 面粉50	1.0元						早餐		馒头		面粉70			0.5元					早餐		豆腐包	豆腐40, 面粉50		1.5元		早餐	椒盐	糯米80	1.5元																												
	土豆丝饼	面粉60, 土豆丝70	3.5元								早餐		葱玉米			玉米250			4元					早餐		豆腐包	豆腐40, 面粉50		1.5元		早餐	油条	面粉80	2.0元																									
	油条	面粉80	2.0元										早餐			青菜香菇包			香菇10, 青菜20, 面粉60				1.5元				早餐		梅干菜包	梅干菜30, 面粉60		1.5元		早餐	粉丝包	粉丝30, 面粉60	1.5元																						
	梅干菜包	梅干菜30, 面粉60	1.5元													早餐			鸡蛋饼				面粉30, 鸡蛋60			1.0元				早餐		白馒头	面粉50		0.5元		早餐	梅干菜包	梅干菜30, 面粉60	1.5元																			
	粉丝包	粉丝30, 面粉60	1.5元																早餐				大肉包			肉40, 面粉50			1.5元				早餐		肉包	肉40, 面粉40		1.5元		早餐	红豆包	红豆30, 面粉60	1.5元																
	红豆包	红豆30, 面粉60	1.5元																				早餐			泰山芋			山芋50			2.0元				早餐		手工蒸饺	米面15, 馅料15		1.5元/2个		早餐	卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元													
	卤鸡蛋	鸡蛋60-70	1.5元																							早餐			椒盐			糯米80			1.5元				早餐		红豆稀饭	糯米150g		1.5元		早餐	康米稀饭		免费										
	康米稀饭		免费																										早餐			麦仁稀饭						免费				早餐		康米稀饭			免费		早餐	辣粥汤		免费							
	辣粥汤		免费																													早餐			辣粥汤						免费				早餐		辣粥汤			免费		早餐	辣粥汤		免费				
	红烧豆腐	豆腐150g	1.0元																																早餐			红烧豆腐			豆腐150g			1.0元				早餐		麻辣豆腐	豆腐150g		1.0元		早餐	麻辣豆腐	豆腐150g	1.0元	
	干锅包菜	包菜150g	2.0元																																			早餐			干锅包菜			包菜150g			2.0元				早餐		炆炒绿豆芽	青梗40, 胡萝卜30, 绿豆芽80g		1.0元		早餐	酸辣白菜
糖醋年猪里脊	年猪80里脊肉60, 糖醋汁10	6.0元		早餐	糖醋鱼块	鱼块130g, 糖醋汁20g	6.0元		早餐	口水鸡	鸡块150g	6.0元		早餐	粉蒸肉	肉110g, 米粉40g	6.0元																																										
土豆红烧肉	土豆60, 五花肉80, 红烧汁10	6.0元			早餐	鸡块肉丁	鸡块肉70, 火腿20, 土豆丁30	6.0元			早餐	土豆牛肉	土豆60, 牛肉70, 汤汁20		8.0元		早餐	奥尔良烤鸡腿肉	鸡肉150g	6.0元																																							
肉末茄子	茄子120, 肉末30g	4.5元		早餐		水煮肉片	肉片80g, 豆芽70g	6.0元		早餐		小煎黄菜	鸡蛋150g	3.0元		早餐		卤鸡腿	鸡腿100g, 汤汁50	6.0元																																							
小炒肉	青菜60, 辣椒10, 五花肉80	6.0元			早餐	芹菜香干炒肉丝	芹菜70g, 香干30g, 肉丝50g	4.5元			早餐	西红柿鸡蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元			早餐	鱼香肉丝包	胡萝卜20, 木耳30, 肉丝100	6.0元																																							
鱼香肉丝	木耳20g, 笋丝80g, 胡萝卜20g, 肉丝30g	5.0元		早餐		干锅辣藕	莲藕90g, 肉片30g, 青梗30g	4.5元		早餐		红烧瓦块鱼	草鱼150	6.0元		早餐		上海爆鱼	草鱼120g, 糖醋酱汁30	6.0元																																							
酸汤小酥肉	酸汤80g, 小酥肉90g	6.0元			早餐	哈密瓜糖醋里脊	里脊肉70, 哈密瓜60, 汤汁20	6.0元			早餐	青椒香干肉丝	青椒60g, 香干60g, 肉丝30g	4.5元			早餐	蒜泥空心菜	空心菜130g, 蒜泥20g	3.0元																																							
青椒肉丝	青椒120g, 肉丝30g	4.5元		早餐		地三鲜	土豆50g, 茄子50g, 豆角20g, 肉丝30g	4.5元		早餐		西红柿炒蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元		早餐		辣油辣鸡蛋	鸡蛋150	3.0元																																							
酸辣藕丝	藕丝150g	3.5元			早餐	干锅花菜	花菜90g, 肉片30g, 青梗30g	4.5元			早餐	豆角茄子	豆角50, 茄子80, 肉末20	4.5元			早餐	鱼香肉丝	胡萝卜20, 木耳30, 肉丝100	6.0元																																							
毛豆烧鸡	毛豆70, 鸡块70, 汤汁10	6.0元		早餐		干锅土豆片	土豆100g, 青椒片20g, 洋葱10g, 肉片20g	4.0元		早餐		酸辣土豆丝	土豆丝140g, 干辣椒10g	2.0元		早餐		蒜蓉炒肉丝	蒜蓉90g, 木耳30g, 肉丝30	4.0元																																							
清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元			早餐	蒜泥生菜	生菜150g	3.0元			早餐	黄瓜炒肉片	黄瓜90, 肉片30, 干辣椒30	4.0元			早餐	三鲜猪肉片	肉30, 鲜香菇20, 海鲜菇30, 瘦肉片50, 汤汁20	8.0元																																							
红烧鱼块	草鱼130, 汤汁20	6.0元		早餐		香葱烧鸡	香葱60, 鸡块60, 干辣椒30	6.0元		早餐		小煎黄菜	鸡蛋150g	3.0元		早餐		香葱青菜	青菜150g, 香葱10g	3.0元																																							
芹菜炒干张	芹菜80, 干辣椒20, 干张50	4.5元			早餐	干张烧排骨	干张50, 排骨70	6.0元			早餐	油炸青菜	青菜130g	3.0元			早餐	卤鸡腿	鸡腿100g, 汤汁50	6.0元																																							
酸辣土豆丝	土豆丝150g	2.5元		早餐		回锅肉	青椒20g, 洋葱30g, 肉片100g	6.0元		早餐		蒜蓉肉丝	蒜蓉120g, 肉丝30g	4.5元		早餐		鱼香肉丝	胡萝卜20, 木耳30, 肉丝100	6.0元																																							
西红柿炒蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元			早餐	鱼香肉丝	木耳20g, 笋丝80g, 胡萝卜20g, 肉丝30g	5.0元			早餐	肉沫蒸蛋	肉沫100g, 鸡蛋50g	6.0元			早餐	上海爆鱼	草鱼120g, 糖醋酱汁30	6.0元																																							
蒜茸木耳炒肉丝	蒜茸100g, 木耳20g, 肉丝30	4.5元		早餐		西红柿炒蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元		早餐		鸡蛋瘦肉	鸡蛋100g, 瘦肉50g	6.0元		早餐		蒜泥空心菜	空心菜130g, 蒜泥20g	3.0元																																							
肉沫粉丝	肉沫30g, 粉丝120g	3.0元			早餐	火龙果土豆丝	火龙果30, 土豆丝120	3.0元			早餐	花菜炒肉片	花菜120g, 肉片30g	4.5元			早餐	辣油辣鸡蛋	鸡蛋150	3.0元																																							
玉米排骨汤		免费		早餐		西红柿蛋汤		免费		早餐		鱼香肉丝	木耳20g, 笋丝80g, 胡萝卜20g, 肉丝30g	5.0元		早餐		虎皮青椒	肉沫30g, 青椒120g	4.5元																																							
					早餐	青菜豆腐蛋汤		免费			早餐	蒜泥空心菜	空心菜140g, 蒜泥10g	3.0元			早餐	干锅土豆片	土豆片100g, 青椒片30g, 洋葱20g	4.0元																																							
				早餐						早餐		辣泥空心菜		免费		早餐		西红柿蛋汤		免费																																							
					早餐						早餐	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元			早餐	麻辣豆腐	豆腐150g	1.0元																																							
				早餐						早餐		叉烧肉	梅菜150	6.0元		早餐		肉末茄子	五花肉90g, 毛豆60g	6.0元																																							
					早餐						早餐	红烧鱼块	鱼块150g	6.0元			早餐	肉烧毛豆	五花肉90g, 毛豆60g	6.0元																																							
				早餐						早餐		干锅虾	虾80g, 年糕70g	6.0元		早餐		杭椒回锅肉	蒜干30g, 杭椒50g, 五花肉70g	6.0元																																							
					早餐						早餐	糖醋里脊	里脊肉90g, 年糕60g	6.0元			早餐	糖醋鱼块	鱼块120, 糖醋汁30	6.0元																																							
				早餐						早餐		毛豆炒肉丝	毛豆90, 干辣椒30, 肉丝30	4.5元		早餐		椒盐小酥肉	里脊肉80, 年糕50, 洋葱10, 干辣椒10	6.0元																																							
					早餐						早餐	蒜茸木耳	蒜茸130g, 木耳20g	4.0元			早餐	蒜茸肉末烧粉丝	肉末30g, 粉丝30g	3.0元																																							
				早餐						早餐		西红柿鸡蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元		早餐		西红柿炒鸡蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元																																							
					早餐						早餐	肉末茄子	茄子110, 肉末40g	4.5元			早餐	酸辣土豆丝	土豆丝130g, 干辣椒20g	2.0元																																							
				早餐						早餐		酸辣土豆丝	土豆丝130g, 干辣椒20g	2.0元		早餐		葱蒜鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元																																							
					早餐						早餐	香葱黄豆芽	香葱40, 胡萝卜30g, 豆芽80g	2.0元			早餐	炆炒空心菜	空心菜150g	3.0元																																							
				早餐						早餐		小煎蒸鸡蛋	鸡蛋130g	3.0元		早餐		土豆烧鸡	土豆60g, 仔鸡90g	6.0元																																							
					早餐						早餐	香葱青菜	青菜150g, 香葱10g	3.0元			早餐	白菜鸡蛋汤		免费																																							
				早餐						早餐		紫菜蛋汤		免费		早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											
					早餐						早餐						早餐																																										
				早餐						早餐						早餐																																											

千喜鹤餐厅

[illegible]

徽王餐厅

合肥一中淮河校区二楼徽王餐厅带量食谱 (9月22日—9月26日)

周一				周二				周三				周四				周五			
餐次/品类	菜品名称	每份价格 (元)	主要食材成分组成及重量 (g)	餐次/品类	菜品名称	每份价格 (元)	主要食材成分组成及重量 (g)	餐次/品类	菜品名称	每份价格 (元)	主要食材成分组成及重量 (g)	餐次/品类	菜品名称	每份价格 (元)	主要食材成分组成及重量 (g)	餐次/品类	菜品名称	每份价格 (元)	主要食材成分组成及重量 (g)
早餐	鲜肉大包	2	面50肉馅40	早餐	鲜肉大包	2	面50肉馅40	早餐	鲜肉大包	2	面50肉馅40	早餐	鲜肉大包	2	面50肉馅40	早餐	鲜肉大包	2	面50肉馅40
	小笼包	1	面20肉馅15		小笼包	1	面20肉馅15		小笼包	1	面20肉馅15		小笼包	1	面20肉馅15		小笼包	1	面20肉馅15
	茴香饼	3.5	面50肉馅40		茴香饼	3.5	面50肉馅40		茴香饼	3.5	面50肉馅40		茴香饼	3.5	面50肉馅40		茴香饼	3.5	面50肉馅40
	韭菜鸡蛋盒	3.5	面50韭菜30鸡蛋60		韭菜鸡蛋盒	3.5	面50韭菜30鸡蛋60		韭菜鸡蛋盒	3.5	面50韭菜30鸡蛋60		韭菜鸡蛋盒	3.5	面50韭菜30鸡蛋60		韭菜鸡蛋盒	3.5	面50韭菜30鸡蛋60
	千层饼	3.5	面50芝麻10		千层饼	3.5	面50芝麻10		千层饼	3.5	面50芝麻10		千层饼	3.5	面50芝麻10		千层饼	3.5	面50芝麻10
	火腿鸡蛋饼	2.5	面30鸡蛋60火腿20		火腿鸡蛋饼	2.5	面30鸡蛋60火腿20		火腿鸡蛋饼	2.5	面30鸡蛋60火腿20		火腿鸡蛋饼	2.5	面30鸡蛋60火腿20		火腿鸡蛋饼	2.5	面30鸡蛋60火腿20
	红糖发糕	2	面60糖2		红糖发糕	2	面60糖2		红糖发糕	2	面60糖2		红糖发糕	2	面60糖2		红糖发糕	2	面60糖2
	乌巢饼	4	土豆丝50鸡蛋60		乌巢饼	4	土豆丝50鸡蛋60		乌巢饼	4	土豆丝50鸡蛋60		乌巢饼	4	土豆丝50鸡蛋60		乌巢饼	4	土豆丝50鸡蛋60
	手工蒸饺	1.5元/2个	皮15肉馅15		手工蒸饺	1.5元/2个	皮15肉馅15		手工蒸饺	1.5元/2个	皮15肉馅15		手工蒸饺	1.5元/2个	皮15肉馅15		手工蒸饺	1.5元/2个	皮15肉馅15
	红薯	2.5	红薯30		红薯	2.5	红薯30		红薯	2.5	红薯30		红薯	2.5	红薯30		红薯	2.5	红薯30
	茶叶蛋	1.5	鸡蛋60-70		茶叶蛋	1.5	鸡蛋60-70		茶叶蛋	1.5	鸡蛋60-70		茶叶蛋	1.5	鸡蛋60-70		茶叶蛋	1.5	鸡蛋60-70
	煎鸡蛋	1.5	鸡蛋60-70		煎鸡蛋	1.5	鸡蛋60-70		煎鸡蛋	1.5	鸡蛋60-70		煎鸡蛋	1.5	鸡蛋60-70		煎鸡蛋	1.5	鸡蛋60-70
	小米南瓜粥	1.5	小米10南瓜5白糖10		小米南瓜粥	1.5	小米10南瓜5白糖10		小米南瓜粥	1.5	小米10南瓜5白糖10		小米南瓜粥	1.5	小米10南瓜5白糖10		小米南瓜粥	1.5	小米10南瓜5白糖10
	白粥	免费			白粥	免费			白粥	免费			白粥	免费			白粥	免费	
	红豆稀饭	免费			红豆稀饭	免费			红豆稀饭	免费			红豆稀饭	免费			红豆稀饭	免费	
	麻豆稀饭	免费			麻豆稀饭	免费			麻豆稀饭	免费			麻豆稀饭	免费			麻豆稀饭	免费	
中餐	二色豆芽	1	豆芽80胡萝卜30青梗40	中餐	清炒大白菜	1	大白菜150	中餐	冬菇扒冬瓜	1	冬瓜150g	中餐	蒜香土豆芽	1	青梗20豆芽130	中餐	清炒大白菜	1	大白菜150
	酸辣海带丝	1	海带丝150		清炒油菜菜	3	油菜菜150		韭菜炒豆芽	1	韭菜20g豆芽130g		蒜香青菜	3	青菜150香菇10		酸辣土豆芽	1	韭菜20g豆芽130g
	辣油蒸蛋	3	鸡蛋150		蒜香空心菜	3	蒜香空心菜140		清炒油菜菜	3	油菜菜150		香煎排骨	3/个	鸡腿排5		奥尔良鸡腿	6	鸡腿150
	红烧肉排	6	猪肉100土豆50		青梗炒鸡蛋	3	青梗炒鸡蛋70		清炒茼蒿丝	3	茼蒿丝150		清炒土豆丝	2.5	土豆丝145干辣椒5		红烧肉	6	猪肉100土豆50
	滑炒小炒肉	5	辣椒50猪肉100		西红柿炒鸡蛋	4	西红柿30鸡蛋60		肉沫茄子	4	茄子130肉沫40		清炒土豆丝	2.5	土豆丝145干辣椒5		土豆烧牛肉	6.5	牛肉100土豆50
	奥尔良鸡翅	5	鸡翅120肉馅30		鸡块	6	排骨120土豆30		小葱蒸鸡蛋	3	鸡蛋150		干拌土豆丝	3	云丝120青菜蒜香胡萝卜丝30		红烧肉排	6	鸡腿150
	西红柿鸡蛋	4	西红柿90 鸡蛋60		鱼块	5	肉沫100 粉丝50		元宝红烧鸡	6	鸭100鸭腿50		清炒藕片	3	藕片150		豆腐肉丝	5	豆腐120肉馅30
	蒜苔炒丝	4.5	蒜苔120肉馅30		卤肉	6	猪肉100鸭腿50		青梗炒大虾	6	虾100青梗50		西红柿鸡蛋	4	西红柿90鸡蛋60		蒜苔肉丝	5	蒜苔100鸭腿50
	肉沫茄子	4	肉沫40土豆130		红烧猪蹄	4	猪蹄150		黑椒肉排	6	猪肉100鸭腿50		元宝红烧鸡	6	鸭100鸭腿50		清炒豆腐	3	豆腐150
	丝瓜鸡蛋	4	丝瓜100鸡蛋60		豆腐茄子	4	豆腐100茄子80		麻辣肉片	6	肉片100g		胡萝卜牛肉	6.5	牛肉100胡萝卜150		肉沫茄子	4	茄子130肉沫40
	香辣土豆丝	2.5	土豆丝140 干辣椒10		蒜香肉丁	5	肉丁60胡萝卜150黄瓜40花生米10		炒土豆	3	土豆150g		红烧肉	6	鸭150		豆腐肉丝	5	肉丝100蒜苔30洋葱10豆腐10
	红烧豆腐	2	豆腐150		香辣粉丝	3	粉丝150		蒜泥青菜	3	青菜150香菇10		川味蹄膀	6	蹄膀150		红烧肉	4	肉丝100肉沫50
	清炒小油菜	3	油菜150		虾皮冬瓜	3	冬瓜140虾皮10		酸辣土豆丝	2.5	土豆丝150g		太妃蛋	4.5	鸡蛋50肉沫100		干锅土豆片	3.5	土豆120 肉片30
	泡椒鸡杂	5	鸡杂100泡椒50		肉丝白菜	4	白菜100肉片50		青梗肉丝	5	肉20g青梗30g		青梗炒肉丝	5	青梗50肉丝100		板栗肉片	6	肉片130板栗20
	红烧狮子头	3/个	肉65		芹菜炒香干	3	芹菜50香干60		西红柿鸡蛋	4	西红柿90鸡蛋60g		土豆炒肉片	5	肉片120土豆30		蒜苔肉丝	4.5	蒜苔120肉丝30
晚餐	猪脚饭	14	猪脚饭120	晚餐	清炒上海青	3	上海青150	晚餐	绿豆汤	免费汤		晚餐	蔬菜羹	免费汤		晚餐	绿豆汤	免费汤	
	番茄牛肉饭	14	牛肉80番茄50		猪脚饭	14	猪脚饭120		猪脚饭	14	猪脚饭120		猪脚饭	14	猪脚饭120		猪脚饭	14	猪脚饭120
	可乐鸡块饭	12	牛肉80番茄50		番茄牛肉饭	14	牛肉80番茄50		番茄牛肉饭	14	牛肉80番茄50		番茄牛肉饭	14	牛肉80番茄50		番茄牛肉饭	14	牛肉80番茄50
	蜜汁鸡块饭	13	鸡肉100		可乐鸡块饭	12	鸡肉100		可乐鸡块饭	12	鸡肉100		可乐鸡块饭	12	鸡肉100		可乐鸡块饭	12	鸡肉100
	脆皮鸡排饭	13	蜜汁鸡肉110		蜜汁鸡块饭	13	蜜汁鸡肉110		蜜汁鸡块饭	13	蜜汁鸡肉110		蜜汁鸡块饭	13	蜜汁鸡肉110		蜜汁鸡块饭	13	蜜汁鸡肉110
	阿洛又烧饭	14	脆皮鸡排饭		脆皮鸡排饭	13	脆皮鸡排饭		脆皮鸡排饭	13	脆皮鸡排饭		脆皮鸡排饭	13	脆皮鸡排饭		脆皮鸡排饭	13	脆皮鸡排饭
	阿洛鸡腿饭	11	阿洛又烧饭		阿洛又烧饭	14	猪五花肉100		阿洛又烧饭	14	猪五花肉100		阿洛又烧饭	14	猪五花肉100		阿洛又烧饭	14	猪五花肉100
	阿洛鸡腿饭	14	鸡腿120		阿洛鸡腿饭	11	鸡腿120		阿洛鸡腿饭	11	鸡腿120		阿洛鸡腿饭	11	鸡腿120		阿洛鸡腿饭	11	鸡腿120
	阿洛排骨饭	12	排骨100年糕15		阿洛排骨饭	14	排骨100年糕15		阿洛排骨饭	14	排骨100年糕15		阿洛排骨饭	14	排骨100年糕15		阿洛排骨饭	14	排骨100年糕15
	阿洛小酥肉饭	12	小酥肉100		阿洛小酥肉饭	12	小酥肉100		阿洛小酥肉饭	12	小酥肉100		阿洛小酥肉饭	12	小酥肉100		阿洛小酥肉饭	12	小酥肉100
	阿洛咖喱饭	12	咖喱鸡饭120		阿洛咖喱饭	12	咖喱鸡饭120		阿洛咖喱饭	12	咖喱鸡饭120		阿洛咖喱饭	12	咖喱鸡饭120		阿洛咖喱饭	12	咖喱鸡饭120
	西红柿鸡蛋汤	免费汤			紫菜蛋花汤	免费汤			酸辣海带丝	1	海带丝150		清炒大白菜	1	大白菜150		西红柿鸡蛋汤	免费汤	
	清炒球芽	1	青梗20豆芽130		韭菜炒豆芽	1	韭菜30豆芽120		酸辣海带丝	1	海带丝150		蒜香西兰花	3	蒜香西兰花140		青梗土豆	1	青梗20豆芽130
	柠檬手撕鸡	6	鸡肉120柠檬30		清炒小油菜	3	小油菜150		珍珠丸子	4/份	猪肉130糯米20		火腿炒蛋	4.5	火腿90鸡蛋60		青梗炒香干	3	青梗20香干130
	糖醋里脊	6	猪肉120土豆50		韭菜炒千张	3	韭菜60千张90		土豆烧肉	6	猪肉100土豆50		西葫芦炒肉片	5	西葫芦50肉片100		麻婆豆腐	2	豆腐150
	青梗鸡蛋炒肉丝	5	青梗30肉100鸡蛋20		小葱蒸蛋	3	鸡蛋150		红烧狮子头	3/个	肉65		青梗干豆腐	2.5	青梗30豆腐120		生瓜炒蛋	4	生瓜90鸡蛋60
	毛氏红烧肉	6	猪肉150		酸辣土豆丝	2.5	土豆丝145干辣椒5		三皮牛肉	6	猪肉150		椒油拌鸭丝	3	鸭腿30青椒50		地三鲜	4	土豆50茄子20肉50
	爆炒肉片	4	小米50肉片100		黄瓜炒鸡蛋	4	黄瓜60鸡蛋70		台式卤肉	6	猪肉100鸭腿50		肉沫豆腐	4.5	肉沫100豆腐50		芹菜炒香干	3	芹菜90西兰花60
	高笋木耳	6	高笋100胡萝卜30木耳20		爆炒肉片	4	猪肉150		西红柿鸡蛋	4	西红柿90 鸡蛋60		手工丸子	5	丸子100香菇50		干锅花菜	4.5	花菜90肉30青梗30
	蒜泥白肉	3	猪肉150		鱼香肉丝	5	肉丝60笋丝80胡萝卜15土豆20		干锅土豆片	3.5	土豆120 肉片30		腌江鲜	5	黄瓜20鸡蛋50木耳20肉片60		板栗肉排	6	肉片130板栗20
	芹菜香干	6	芹菜90香干60		香菜拌肉	6	肉片100香菜20		鱼香茄子	4.5	肉30茄子120		水煮牛肉	6	小米辣50肉片100		鲜笋腊肉	6	猪肉150
	青椒干豆腐	2.5	青椒30豆腐120		糯米丸子	5/个	丸子120		糖醋	6	鸭150		红烧肉	6	猪肉150		奥尔良花菜	3	花菜150
	香煎青菜	3	青菜150香菇10		黄豆焖猪脚	6	猪脚150		蒜香上海青	3	上海青150		糖醋里脊	6	猪肉150		鸭腿蛋肉	6	肉100鸭腿蛋40香菇洋葱30
	酸辣土豆丝	2.5	土豆丝140 干辣椒10		糖醋里脊	6	猪肉150		韭菜炒千张	3	韭菜60千张90		小酥肉	6	猪肉150		手撕鸡	6	鸡120
	糖醋土豆	3	土豆150		糖醋肉	6	鸭腿150		清炒茼蒿丝	3	茼蒿丝150		香煎青菜	3	青菜120香菇30		宫保肉丁	5	肉丁50胡萝卜150黄瓜40花生米10
					韭菜炒鸡蛋	3	韭菜50鸡蛋60						蒜香西兰花	3	西兰花150		蚂蚁上树	5	肉沫150粉丝60

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

