

长江路校区优芙得餐厅

一 中优芙得餐厅带量菜单 (9月28日--9月30日)				中优芙得餐厅带量菜单 (9月28日--9月30日)				肥一中优芙得餐厅带量菜单 (9月28日--9月30日)					
	周日			周一			周二						
	品名	重量 (g)	价格	品名	重量 (g)	价格	品名	重量 (g)	价格				
早餐	大肉包	肉30, 面粉40	1.5元	肉包	肉30, 面粉40	1.5元	肉包	肉30, 面粉40	1.5元				
	梅干菜包	梅干菜30, 面粉40	1.5元	豆角包	馅30, 面40	1.5元	梅干菜包	梅干菜30, 面粉40	1.5元				
	香菇青菜包	青菜30, 面粉50	1.5元	平包菜肉沫包	馅30, 面40	1.5元	豆腐包	面粉40, 豆腐30	1.5元				
	花卷	葱10, 面粉60	1.5元	红糖开花馒头	红糖10, 面40	2.5元	南瓜蜜豆包	蜜豆30, 南瓜面40	1.5元				
	蒸饺	面粉15, 馅15	1.0元/2个	南瓜黑米卷	黑米配料20, 南瓜面20	2.5元	蒸饺	面粉15, 馅15	1.0元/2个				
	紫薯豆沙包	豆沙30, 面粉40	2.5元	烧麦	香菇, 胡萝卜35, 面10	1.0元	煎水煎包	肉馅15, 面粉25	1.0元				
	鸡蛋黄饼	面粉30, 蛋10	1.0元	煎锅贴	肉馅15, 面15	1.0元/3个	鸡蛋黄饼	鸡蛋10, 面粉30	1.5元				
	土豆丝卷饼	土豆丝130鸡蛋饼120	3元	鸡蛋蔬菜小饼	面30, 菜15, 鸡蛋15	1.0元	土豆丝卷饼	土豆丝40鸡蛋饼120	0.5元				
	煎包	馅15, 皮25	1.0元	韭菜盒子	韭菜鸡蛋30, 面10	2.5元	葱香发面饼	葱油20, 面粉30	1.0元/2个				
	春卷	馅30, 面粉, 30	1.5元	炸南瓜饼	南瓜15, 面粉50	1.0元	糖糕	糯米80	1.5元				
	油条	面40	1.0元	春卷	馅30, 面粉, 30	1.5元	春卷	馅30, 面粉, 30	1.5元				
	紫薯芝士卷	紫薯30, 芝士10, 面20	1.0元	蛋挞	挞皮9.5g, 蛋挞液7.5g	3元	烤蛋糕	鸡蛋120, 面90	1.5元				
	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋挞液7.5g	3元	紫薯芝士卷	紫薯30, 芝士10, 面20	1.0元	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋挞液7.5g	3元				
	山芋、南瓜	山芋/南瓜70	1.5元	玉米、山芋	玉米/山芋70	2.5元	玉米、南瓜	玉米/南瓜70	2.0元				
	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元				
	紫米饼	皮30, 馅40	3元	紫米吐司	紫米60, 吐司40	3元	花生米粥		免费				
	绿豆粥		免费	三角饭团	紫米10, 沙拉酱10, 饭3	4元	胡辣汤		免费				
	辣糊汤		免费	玉米杂粮粥		免费							
				辣糊汤		免费							
	中餐	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元	三色豆芽	芽80g胡萝卜30g青椒丝	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜150g	1.0元			
炆炒绿豆芽		青椒40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.5元	清炒老南瓜	老南瓜150g	1.5元	豆芽炒粉丝	粉丝50g黄豆芽100g	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				
酱鸭块		白条鸭150g	6.0元	米粉肉	米粉50g肉100g	6.0元	红烧鲫鱼	鲫鱼150g	6.0元				
土豆烧肉		肉80g土豆70g	6.0元	土豆排骨	土豆70g排骨80g	6.0元	黑椒肉排	猪排120g	6.0元				
糖醋里脊		黄瓜50g前夹肉100g	6.0元	年糕大虾	虾80g年糕70g	6.0元	干张烧肉	干张结70g猪肉80g	6.0元				
土豆牛肉		牛肉80g土豆70g	6.0元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	番茄毛圆铺蛋	番茄40g前夹肉80g鸡蛋30g	6.0元				
洋葱回锅肉		洋葱片60g 猪肉70g青椒20g	6.0元	椒盐素鸡	鸡120g芹菜15g洋葱15	4.0元	豆角干丝	豆角60g干丝90g	4.0元				
豆角酱干丝		豆角60g酱干60g胡萝卜丝30g	4.0元	耗油生菜	生菜150g	3.0元	土豆炖牛肉	土豆80g牛肉70g	6.0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				
肉末茄子		茄子140肉末10g	4.5元	肉圆铺鸡蛋	鸡蛋30g前夹肉120g	6.0元	地三鲜	土豆50g茄子50g豆角20g肉丝30g	4.5元				
青菜炒干张		青菜130g干张20g	3.0元	芹菜酱干丝	芹菜100g 香干50g	4.0元	莴笋木耳	莴笋90g木耳60g	4.0元				
蔬菜羹			免费	西红柿蛋汤		免费	萝卜鸡蛋汤		免费				
酸辣海带丝		海带丝150g	1.0元	三色豆芽	芽80g胡萝卜30g青椒丝	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜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				
肉烧土豆	五花肉80g土豆70g	6.0元	糯米翅根	翅根50g糯米10g	3.0元/个	奥尔良烤鸡	鸡肉150g	6.0元					
脆皮蹄膀	蹄膀90g芹菜30g洋葱30g	6.0元	土豆烧肉	肉90g土豆60g	6.0元	干张烧肉	干张70g肉80g	6.0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香菇30g	5.0元					
水煮肉片	豆芽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					
生瓜炒木耳	生瓜130g木耳20g	4.0元	杭椒炒蛋	辣椒90g鸡蛋60g	4.5元	生瓜炒蛋	生瓜90g鸡蛋60g	4.0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	麻辣豆腐	豆腐150g	2.0元					
肉沫茄子	茄子110肉末40g	4.5元	香脆蒜烧鸡	鸡肉90g香脆蒜60g	6.0元	地三鲜	土豆50g茄子50g豆角20g肉丝30g	4.5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60g	4.0元	干锅花菜	花菜90g 肉片30g青椒30g	4.5元					
红烧豆腐	豆腐150g	2.0元	排骨炖土豆	排骨80g土豆70g	6.0元	青椒土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5元					
小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	蒜泥生菜	生菜140g蒜泥10g	3.0元	香菇青菜	青菜140g香菇10g	3.0元					
青菜炒干张	青菜150g香干20g	3.0元	爆炒猪肝	猪肝20g猪肝120g辣椒10	5.0元	绿豆汤		免费					
紫菜蛋汤		免费	西红柿蛋汤		免费			免费					

