合肥一中食堂每周菜谱

淝河校区优芙得餐厅

合肥一中优芙得餐厅菜单（10月20日--10月24日）

餐别	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	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	肉包	肉30，面粉40	1.5元	肉包	肉30，面粉40	1.5元
	梅干菜包	菜肉30，面粉40	1.5元	豆角包	豆角30，面粉40	1.5元	梅干菜包	馅30，面粉40	1.5元	鱼香肉丝包	馅料30，面粉40	1.5元	豆芽粉丝包	馅料30，面粉40	1.5元
	香菇青菜包	青菜30，面粉50	1.5元	鱼香肉丝包	馅料30，面粉40	1.5元	豆腐包	馅30，面粉40	1.5元	香菇青菜包	馅料30，面粉40	1.5元	梅干菜包	馅料30，面粉40	1.5元
	花卷	葱10，面粉60	1.5元	藕香千层饼	鸡蛋肉末30，饼皮20	5.0元	南瓜蜜豆包	蜜豆30，南瓜面40	2.5元	烧麦	糯米50，面皮10	1.0元	蒸饺	馅料15，面粉15	0.5元
	蒸饺	面粉15，馅15	1.0元/2个	南瓜芝士黑米包	芝士黑米酥料20，南瓜面20	3.0元	蒸饺	面粉15，馅15	0.5元	蜜豆蒸糕	蜜豆20，面粉30	2.5元	南瓜黑米包	南瓜黑米15，面粉40	2.5元
	南瓜肉松馒头	南瓜肉松10，面粉10	2.5元	烧麦	香菇胡萝卜35，面10	1.0元	雨包	肉馅15，面粉25	1.0元	紫薯豆沙包	紫薯豆沙30，面粉40	2.5元	紫薯小米卷	紫薯小米30，面粉30	2.5元
	鸡蛋酱饼	面粉30，蛋10	1.0元	鸡蛋酱饼	鸡蛋10，面粉30	1.0元	鸡蛋酱饼	鸡蛋10，面粉30	1.0元	肉夹馍	肉30，面粉50	5.0元	肉夹馍	肉30，面粉50	5.0元
	雨饺	肉15，面15	1.0元/3个	雨饺	肉15，面15	1.0元/3个	雨饺	肉15，面15	1.0元/3个	雨饺	肉15，面15	1.0元/3个	雨饺	肉15，面15	1.0元/3个
	土豆丝卷饼	土豆丝130g鸡蛋饼120	3.0元	青椒发面饼	青椒鸡蛋10，面粉30	3.0元	土豆丝卷饼	土豆丝40，鸡蛋饼120	3.0元	春卷	馅30，面粉30	1.5元	雨包	肉馅15，面粉25	1.0元
	太阳饼	土豆丝30鸡蛋30	3.0元	韭菜盒子	韭菜鸡蛋30，面粉10	3.0元	葱香发面饼	葱油20，面粉30	2.5元	太阳饼	土豆丝30，鸡蛋30	3.0元	鸡蛋酱饼	鸡蛋10，面粉30	1.0元
	三角饭团	肉松沙拉酱100饭40	3.0元	炸南瓜饼	南瓜15面粉50	1.5元	糕糕	糕米80	1.5元	青椒发面饼	馅料20，面粉30	3.0元	土豆丝卷饼	土豆丝40，鸡蛋120	3.0元
	春卷	馅30，面粉30	1.5元	春卷	馅30，面30	1.5元	春卷	馅30，面粉30	1.5元	南瓜饼	南瓜15，面粉50	1.5元	香菜菜盒	馅30，面30	1.5元
	炸菜饺	菜30，粉20	1.5元	蛋挞	蛋挞皮9.5，蛋挞液7.5	3.0元	纸杯蛋糕	鸡蛋20，面粉20	3.0元	炸菜饺	馅30，面粉30	1.5元	糕糕	糕米80	1.5元
	紫薯派	紫薯20，饼皮20	4.0元	鸡蛋吐司片	鸡蛋60，吐司40	2.0元	红豆饼	红豆7.3，面粉10	1.5元	鸡蛋酱饼	鸡蛋15，面粉30	1.0元	春卷	馅料30，面粉30	1.5元
	蛋挞	蛋挞皮9.5，蛋挞液7.5	3.0元	纸杯蛋糕	鸡蛋20，面粉20	3.0元	紫米吐司	紫米60，吐司40	4.0元	烤枣糕	枣20，面粉50	2.5元	烤枣糕	枣20，面粉50	2.5元
	红豆饼	红豆3.4面粉10	1.5元	玉米	玉米70	2.0元	玉米	玉米70	2.0元	红豆饼	红豆20，面粉25	1.5元	椒匾酥	椒匾10，面粉20	3.0元
	玉米	玉米70	2.0元	山芋	山芋60	1.5元	胡萝卜	胡萝卜60	1.5元	玉米	玉米70	2.0元	玉米	玉米70	2.0元
	山芋	山芋70	1.5元	卤蛋，白煮蛋	卤蛋，白煮蛋	1.5元	卤蛋，白煮蛋	鸡蛋60	1.5元	山芋	山芋60	1.5元	胡萝卜	胡萝卜60	1.5元
	卤蛋，白煮蛋	鸡蛋60	1.5元	土豆丝卷	土豆丝30，面40	3.0元	花生米粥		免费	白煮蛋，卤蛋	鸡蛋60	1.5元	水煮蛋，卤蛋	鸡蛋60	1.5元
	葱油饼	葱油20g面粉40g	2.5元	玉米杂粮粥		免费	辣糊汤		免费	燕麦粥		免费	玉米碎粥		免费
	绿豆粥，辣糊汤		免费	辣糊汤		免费				辣糊汤		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	绿豆芽80g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜150g	1.0元	养身萝卜	萝卜150g	1.0元	三色包菜丝	胡萝卜20g 包菜丝100g 青椒丝30g	1.0元
	炝炒绿豆芽	青椒40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.5元	清炒南瓜	炝南瓜150g	1.5元	豆芽炒粉丝	粉丝50g黄豆芽100g	1.5元	包菜炒粉丝	包菜100g粉丝50g	1.5元	青椒绿豆芽	青椒50g绿豆芽100g	1.5元
	韭菜末蒸鸡蛋	韭菜10g鸡蛋140g	3.0元	熟油蒸鸡蛋	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60g	4.0元	萝卜烧蹄膀	蹄膀80g白萝卜70g	6.0元
	酱鸭块	白条鸭150g	6.0元	虎皮蛋烧肉	鹌鹑蛋60g肉100g	6.0元	口水鸡	三黄鸡150g	6.0元	奥尔良烤鸡	三黄仔鸡150g	6.0元	椒盐大虾	虾120g小料30g	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	金汤鱼片	鱼片100g盐菜50g	6.0元	红烧大排片	大排120g	6.0元	水煮肉片	娃娃菜25g豆芽20g千张20g肉片85g	6.0元
	糖醋里脊	黄瓜50g前夹肉100g	6.0元	板栗烧鸡	鸡肉90g板栗60g	6.0元	千张烧肉	千张结70g猪肉80g	6.0元	年糕大虾	年糕50g大虾100g	6.0元	土豆烧牛肉	土豆90g 牛肉60g	6.0元
	麻辣鱼片	鱼片90g盐菜60g	6.0元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	番茄毛圈辅蛋	番茄40g前夹肉80g鸡蛋30g	6.0元	土豆烧牛肉	土豆90g 牛肉60g	6.0元	红烧鲫鱼	鲫鱼150g	6.0元
	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜60g 牛肉90g	6.0元	孜然土豆	土豆150g	3.0元	豆角干肉丝	豆角60g干丝70g肉丝20g	4.5元	剁椒蒸鱼块	草鱼130g 剁椒20g	6.0元	海带烧肉	海带 70g 肉80g	6.0元
	豆角酱干肉丝	豆角60g酱干40g胡萝丝30g肉丝20g	4.5元	耗油生菜	生菜150g	3.0元	玉米炒年糕	玉米粒90g年糕60g	4.0元	豆角酱干肉丝	豆角60g 酱干50g 肉丝20g	4.5元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	干锅花菜	花菜120g肉片30g	4.5元	椒盐大虾	虾120g小料30g	6.0元	鱼香肉丝	木耳丝50g胡萝卜丝10g笋丝60g 肉丝30g	5.0元	虎皮青椒	青椒120g 肉丝30g	4.5元
	肉末茄子	茄子140肉末10g	4.5元	肉圆辅鸡蛋	鸡蛋30g前夹肉120g	6.0元	纯三鲜	土豆50g茄子60g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	芹菜酱干丝肉丝	芹菜100g 香干20g 肉丝30	4.5元
	豫芽土豆	土豆150g	3.0元	芹菜酱干丝肉丝	芹菜100g 香干20g 肉丝30g	4.5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	蒜泥菠菜	菠菜150g	3.0元
	麻辣豆腐	豆腐150g	2.0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	番茄炒蛋	番茄 80g鸡蛋70g	4.0元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元
	萝卜丝蛋汤		免费	西红柿蛋汤		免费	冬瓜蛋汤		免费	紫菜蛋汤		免费	骨头东瓜汤		免费
晚餐	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元	三色豆芽	绿豆芽80g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜150g	1.0元	养身萝卜	萝卜150g	1.0元	三色包菜丝	胡萝卜20g 包菜丝100g 青椒丝30g	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	糖皮鸡	鸡腿肉150g	6.0元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿100g	6.0元	炝炒回锅肉	青椒20g洋葱30g肉片100g	6.0元
	红烧瓦块鱼	鱼块150g	6.0元	香辣粗粮	粗粮60g	3.5元/个	土豆炖排骨	土豆60g排骨90g	6.0元	米粉肉	前夹肉130g米粉20g	6.0元	水煮鱼片	娃娃菜25g豆芽20g千张20g草鱼85g	6.0元
	浇汁蹄膀	蹄膀150g	6.0元	土豆烧鸡	三黄仔90g土豆60g	6.0元	千张烧肉	千张70g肉80g	6.0元	手工大肉圆	肉圆100g	6.0元/2个	土豆烧牛肉	土豆60g 牛肉90g	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青蒜30g	5.0元	糖醋排骨	排骨130g 年糕20g	6.0元	酸辣海带丝	海带丝150g	2.0元
	水煮肉片	豆芽40千张40肉片80	6.0元	鱼香茄子	茄子140g肉末10g	4.5元	豆角干肉丝	豆角60g干丝70g肉丝20g	4.5元	板栗烧鸡	三黄仔鸡100g 板栗60g	6.0元	海带烧肉	海带 70g 肉80g	6.0元
	蒿笋木耳	蒿笋130g木耳20g	4.0元	秋葵辅鸡蛋	秋葵90g鸡蛋60g	4.5元	生瓜炒蛋	生瓜90g鸡蛋60g	4.0元	豆角酱干肉丝	豆角80g 酱干40g 肉丝30g	4.5元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4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	青椒酥条	青椒80g 酥条700g	5.0元	虎皮青椒	青椒120g 肉丝30g	4.5元
	肉末茄子	茄子110肉末40g	4.5元	爆炒鸡丁	鸡丁120g辣椒20g洋葱10g	6.0元	纯三鲜	土豆50g茄子50g豆角20g肉丝30g	4.5元	爆炒蹄片	蹄150g	4.0元	芹菜酱干丝	芹菜100g 香干50g	4.0元
	酸辣土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.5元	芹菜干丝肉丝	芹菜90g干丝30g肉丝30g	4.5元	干锅花菜	花菜90g 肉片30g青椒30g	4.5元	黄瓜炒蛋	黄瓜 80g鸡蛋70g	4.0元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元
	红烧豆腐	豆腐150g	2.0元	排骨炖三药	排骨90g胡萝卜200g三药40g	6.0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	蒜泥上海青	青菜150g	3.0元
	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	清炒蒲菜	蒲菜150g	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	香辣小炒鸡	三黄仔鸡120g杭椒30g	6.0元	炸肉排	肉排120g	6.0元			
	紫菜蛋汤		免费	西红柿蛋汤		免费	冬瓜蛋汤		免费	紫菜蛋汤		免费	大骨汤		免费

合肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（10月20日--10月24日）				一中优芙得餐厅自选称重菜单（10月20日--10月24			优芙得餐厅自选称重菜单（10月20日--10			肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（10月20日--10月24			肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（10月20日--10月24		
	周一			周二			周三			周四			周五		
	黑椒猪排	自助称重	1.98元/两	包菜粉丝炒蛋	自助称重	1.98元/两	黑椒肉丁	自助称重	1.98元/两	泡椒凤爪	自助称重	1.98元/两	奥尔良翅	自助称重	1.98元/两
	干锅土豆肉片			青椒酱干肉丝			珍珠肉圆			珍珠肉圆			菠菜炒蛋皮		
	椒盐小酥肉			炸肉排			黄金小年糕			黄金小年糕			川味口水鸡		
	剁椒娃娃菜			蒜薹金针菇			孜然土豆片			狼牙土豆			糖醋排骨		
	脆皮鸡			口水鸡			肉沫蒸鸡蛋			脆皮鸡			梅干菜扣肉		
	川味扣肉			腊味猪肝			奥尔良烤鸡			糯米排骨			黑椒汁鲫肉排		
	糖醋鸡米花			梅干菜扣肉			蒜苗炒鸡杂			辣子鸡			酸辣土豆丝		
	烤翅根			小炒肉			青椒酱干肉丝			青椒酱干肉丝			小炒鸡杂		
	青椒鸡杂			秋葵辅鸡蛋			川味口水鸡			水煮肉片			奥尔良烤鸡		
	香辣鱼片			糖醋肉柳			糖醋鸡柳			糖醋肉柳			鱼香肉丝		
	肉沫长豆角			烤鸡腿			金汤鱼片			浇汁鹅肠			肉丝蛋		
	番茄炒鸡蛋			油爆基围虾			香酥鱼排			小炒藕条			肉沫豆腐		
	蚝油生菜			荚瓜肉丝			西红柿炒鸡蛋			西红柿炒鸡蛋			蒜薹金针菇		
	玉米			玉米			花生			花生			山药		
	山芋			南瓜			马蹄			马蹄			贝贝南瓜		
	粉丝、面条类			盖饭、拌饭类			咖喱饭、意面、炒饭、炒面类			火锅、饼类					
花样	牛肉米线/	米线/河粉260g千张40g青菜4	12.0元	隆江猪脚饭	米饭/意面：400g浇头: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/火锅面260g千张40g青菜	12.0元	秘制叉烧饭	米饭/意面：400g浇头:100g	14.0元	牛肉炒饭	米饭180g牛肉60g	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浇头:100g	13.0元	老干妈肉沫炒饭	米饭180g肉酱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g	13.0元	奥尔良烤肉拌饭	米饭/意面：400g浇头:100g	13.0元	鸡蛋肉丝炒面	面300g配菜40g	12.0元	肉松烤肉手抓饼	肉松30g烤肉40g手抓饼50g	7.0元	煎蛋	鸡蛋40g	1.5元
	糖醋排骨面	排骨80g面条 230克g	14.0元	鸡丁拌饭	米饭/意面：400g浇头:100g	13.0元	糖醋里脊饭/意面	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元	肉夹馍	卤肉80g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g	13.0元	咖喱肉丁饭	米饭180g浇头140g配菜90g	14.0元	茄汁翅根饭	米饭/意面:400g浇头: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g	12.0元	意式烤肉饭	米饭180g浇头140g配菜90g	14.0元	椒盐手工小酥肉	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元	麻辣拌	娃娃菜40g火锅面150g土豆20g藕20g肉片20g汆子20g鹌鹑蛋		年糕	年糕45g	5.0元
	大排面	大排110g面条 230克g	14.0元	回锅肉饭	米饭180g浇头130g配菜90g	14.0元	奥尔良烤肉饭	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元	石锅拌饭	米饭100g豆芽30g香菇30g胡萝卜30g泡菜20g肉丝20g鸡蛋1		豆角	豆角15g	1.0元
	爆炒鸡丁面	鸡丁100g面条 230克g	12.0元	鱼香茄子饭	米饭180g浇头130g配菜90g	13.0元	蜜汁烤肉饭	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元	轻食减脂餐	黑米饭100g虾30g圣女果20g贝贝瓜20g西兰花20g		鹌鹑蛋	鹌鹑蛋30g	2.0元
	酱香鸡腿面	鸡腿80g面条 230克g	13.0元	水煮肉片饭	米饭180g浇头140g配菜90g	14.0元	椒盐鸡排饭（周二	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元				鸡蛋干	鸡蛋干30g	2.0元
	可乐鸡面	可乐鸡100g面条 230克g	13.0元	糖醋里脊饭	米饭180g浇头140g配菜90g	13.0元	芝士鸡肉焗饭	芝士碎15g炒饭300g浇头100g	14.0元				花干	花干25g	2.0元
	红烧牛杂面	牛杂50g面条 230克g	14.0元	照烧鸡腿饭	米饭180g鸡腿90g配菜90g）	14.0元							烤鸡排	鸡排50g	5.0元
	干锅土豆肉	土豆烧肉130g面条 230克g	11.0元	黑椒里脊肉丁	米饭180g浇头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g	6.0元	可乐鸡饭	米饭180克浇头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g	7.0元	奥尔良鸡肉饭	米饭180克浇头130克 配菜90克	12.0元							奥尔良烤鸡腿	鸡腿60g	6.0元
	香辣鸡杂面	鸡杂100g面条 230克g	14.0元	小炒鸡杂饭	米饭180克浇头130克 配菜90克	13.0元								鱼豆腐50g	2.5元
	萬昌西红柿	萬昌西红柿鸡蛋130g面条 23	10.0元	鸡排饭（每周二、	米饭180克浇头130克配菜90克	13.0元									
	口水鸡面	口水鸡100g面条 230克g	14.0元	奥尔良烤肉披萨	面粉200克芝士碎80克肉50克玉米30	6.0元/片									
	麻辣鸡丝面	麻辣鸡丝100g面条 230克g	14.0元	锅巴土豆	土豆200g	5.0元									
	肉臊子拌面	肉臊子100g面条 230克g	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												

长江路校区优芙得餐厅

合肥一中优芙得餐厅菜单（10月20日—10月24日）

餐别	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	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	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	沿30，面40	1.5元	梅干菜包	梅干菜30，面粉40	1.5元	豆角包	沿30，面40	1.5元	梅干菜包	梅干菜30，面粉40	1.5元
	香蒸青菜包	青菜30，面粉50	1.5元	平包菜肉末包	沿30，面40	1.5元	豆沙包	面粉40，豆沙30	1.5元	平包菜肉末包	沿30，面40	1.5元	豆沙包	面粉40，豆沙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	两瓜蜜豆包	蜜豆30，两瓜面40	2.5元	红糖开花馒头	红糖10，面40	2.5元	两瓜蜜豆包	蜜豆30，两瓜面40	2.5元
	蒸饺	面粉15，馅15	1.0元/2个	两瓜黑米卷	黑米面粉20，面瓜面20	2.5元	蒸饺	面粉15，馅15	1.0元/2个	两瓜黑米卷	黑米面粉20，面瓜面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	麻水荷包	肉馅15，馅15	1.0元	烧麦	香菇，胡萝卜35，面10	1.0元	水煎包	肉馅15，面粉25	1.0元
	鸡蛋煎饼	面粉30，蛋10	1.0元	煎锅贴	肉馅15，面15	1.0元/3个	鸡蛋煎饼	鸡蛋10，面粉30	1.0元	煎锅贴	肉馅15，面15	1.0元/3个	鸡蛋煎饼	鸡蛋10，面粉30	1.0元
	土豆丝卷饼	土豆丝130鸡蛋饼120	3元	韭菜盒子	韭菜鸡蛋30，面10	2.5元	土豆丝卷饼	土豆丝40鸡蛋饼120	3元	韭菜盒子	韭菜鸡蛋30，面10	2.5元	土豆丝卷饼	土豆丝40鸡蛋饼120	3元
	两包	馅15，皮25	1.0元	炸两瓜饼	两瓜15，面粉50	1.5元	葱香发面饼	葱油20，面粉30	3元/1个	炸两瓜饼	两瓜15，面粉50	1.5元	葱香发面饼	葱油20，面粉30	3元/1个
	油条	面40	1.0元	春卷	馅30，面粉，30	1.5元	粘糕	糯米80	1.5元	春卷	馅30，面粉，30	1.5元	粘糕	糯米80	1.5元
	紫薯芝士卷	紫薯30，芝士10，面20	4.0元	蛋挞	蛋挞液9.5g，蛋挞液7.5g	3元	烤蛋糕	鸡蛋120，面90	2.5元	紫薯芝士卷	紫薯30，芝士10，面20	4.0元	烤蛋糕	鸡蛋120，面90	2.5元
	蛋挞	蛋挞皮9.5g，蛋挞液7.5g	3元	玉米、山芋	玉米/山芋70	2.0元	蛋挞	蛋挞皮9.5g，蛋挞液7.5g	3元	玉米、山芋	玉米/山芋70	2.0元	蛋挞	蛋挞皮9.5g，蛋挞液7.5g	3元
	山芋、两瓜	山芋/两瓜70	2.0元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	玉米、两瓜	玉米/两瓜70	2.0元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	玉米、两瓜	玉米/两瓜70	2.0元
	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	紫米吐司	紫米60，吐司40	4元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	紫米吐司	紫米60，吐司40	4元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元
	紫米饼	质30，馅40	3元	三角饭团	肉松10，沙拉酱10，饭30	3元	花生米饼		免费	三角饭团	肉松10，沙拉酱10，饭30	3元	花生米饼		免费
	绿豆糕		免费	玉米杂粮粥		免费	胡辣汤		免费	玉米杂粮粥		免费	胡辣汤		免费
	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费				辣糊汤		免费			
中餐	三色豆芽	绿豆芽00g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	养生萝卜	萝卜150g	1.0元	三色包菜丝	包菜00g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	胡萝卜海带丝	绿豆芽00g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜150g	1.0元
	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	三色土豆丝	土豆130g胡萝卜10g青椒10g	2.5元	青椒土豆丝	土豆130g胡萝卜20g	2.5元	清炒土豆丝	土豆150g	2.5元	醋辣土豆丝	土豆130g干辣椒20g	2.5元
	醋溜土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.5元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	油焖茄子	茄子150g	4.5元	鱼香茄子	茄子150g	4.5元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元
	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	黄瓜鸡蛋	黄瓜60g鸡蛋70g	4元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元
	花菜炒肉片	花菜100g五花肉50g	4.5元	干锅花菜	花菜130g肉片20g	4.5元	肉末茄子	茄子145g肉末5g	4.5元	油焖茄子	茄子145g肉末5g	4.5元	肉末茄子	茄子145g肉末5g	4.5元
	鱼香肉丝	水解50g胡萝卜50g肉丝30g木耳20g	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	豆角肉丝	豆角100g肉丝50g	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	蒜薹肉丝	蒜薹90g木耳20g肉片40g	4.5元
	干锅鸡翅	鸡翅130g肉片20g	4.5元	干锅千叶豆腐	千页豆腐130g肉片20g	4.5元	香椿蒜炒肉片	香椿蒜100g肉片50g	4.5元	豆角肉丝	豆角100g肉丝50g	4.5元	干锅花菜	花菜100g肉片50g	4.0元
	三河小炒	鸡翅60g藕干60g胡萝卜30g	4.5元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	辣椒小炒肉	杭椒70g五花肉80g	6.0元	家常豆腐	豆腐130g青红椒20g	4.0元	小炒嫩杂	莲藕120g青红椒20g肉丝10g	4.0元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	木耳鸡翅炒肉片	木耳30g鸡翅00g里脊肉40g	4.5元	花菜肉片	花菜100g肉片50g	4.5元	青椒干张	青椒100g干张50g	4.0元	土豆炒肉丝	芹菜100g肉丝50g	4.5元
	土豆炒藕	土豆140肉片10g	4.0元	豆角肉丝	豆角130g肉丝20g	4.5元	生瓜肉片	生瓜100g肉片50g	4.5元	韭菜煎鸡蛋	韭菜50g鸡蛋100g	5.0元	干四豆腐炒肉片	干四豆腐100g肉片50g	4.5元
	干锅土豆片	土豆140肉片10g	4.0元	香蒜青菜	香蒜20g青菜130g	3.0元	洋葱鸡蛋	洋葱70g鸡蛋60g	4.0元	毛豆炒蕾	毛豆100g肉蕾50g	4.0元	醋蒸鸡蛋	醋蒸90g鸡蛋60g	4.0元
	肉末粉条	粉条140g肉末10g	4.0元	熊油冬瓜	冬瓜140g肉末10g	3.5元	油淋上海青	上海青150g	3.0元	干锅土豆片	土豆140肉片10g	4.0元	洋葱白干肉丝	洋葱20g白干100g肉丝30g	4.5元
	青菜炒豆皮	青菜130g豆皮20g	3.0元	海带烧排骨	海带50g排骨100g	6.0元	土豆烧肉	土豆00g牛肉70g	6.0元	醋辣包菜	包菜150g	3.0元	土豆炸酱	土豆120g肉酱30g	4.0元
	土豆熟半粉肉	土豆20g半粉20个五花肉110g	6.0元	银盘基围虾	基围虾150g	6.0元	糖醋里脊	鸡脯肉150g	6.0元	干张精烧肉	干张精70g五花肉40g扁豆肉40g	6.0元	蜜鸡烧肉	蜜鸡70g五花肉40g扁豆肉40g	6.0元
	蒜香鸭块	鸭块150g	6.0元	香蒜青菜	香蒜20g鸡块130g	6.0元	白干烧排骨	白干70g排骨00g	6.0元	海带烧排骨	海带80g排骨100g	6.0元	剁椒蒸鸡翅	鸡翅100g剁椒50g	6.0元
	富贵鸡丁	鸡丁50g土豆50g胡萝卜50g	6.0元	鱼香肉丝	鸡丝150g	6.0元	鱼香肉丝	鸡丝150g	6.0元	鱼香肉丝	鸡丝150g	6.0元	卤汁猪扇	猪扇150g	6.0元
	川味口水鸡	鸡块150g	6.0元	香酥鸡柳	鸡柳150g	6.0元	酸菜肉片	酸菜80g里脊肉70g	6.0元	糖醋鸡块	鸡块150g	6.0元	红烧鸡腿	鸡腿150g	6.0元
	酸菜鱼片	酸菜50g鱼片100g	6.0元	土豆烧牛腩	土豆50g牛腩100g	6.0元	卤水鸡腿	鸡腿150g	6.0元	银盘鸡柳	鸡腩肉150g	6.0元	银麻辣肝	猪肝130g花椒5g青椒15g	6.0元
	毛豆米烧鸡	毛豆50g鸡块100g	6.0元	白干烧肉	白干50g五花肉100g	6.0元	杭椒小炒肉	杭椒70g五花肉80g	6.0元	水煮鱼片	辅菜100g鱼片50g	6.0元	脆炒鸭	鸭肉150g	6.0元
	蜜鸡烧排骨	蜜鸡80g排骨100g	6.0元	蒜泥白切鸡	鸡块150g	6.0元	香椿蒜烧肉	香椿蒜00g五花肉70g	6.0元	蒜苗鸡杂	鸡杂00g蒜苗70g	6.0元	糖醋鸭包肉	鸡脯肉150g	6.0元
	银盘鸡丁	鸡丁150g	6.0元	三鲜毛豆	毛豆20g鸡蛋20g肉丸110g	6.0元	干煸仔鸡	干辣椒20g鸡块130g	6.0元	孜然鸡块	鸡块150g	6.0元	干煸仔鸡	干辣椒20g鸡块130g	6.0元
	香酥鸡柳	鸡柳150g	6.0元	红烧大排	大排150g	6.0元	银盘鸡丁	鸡丁150g	6.0元	土豆烧牛存粒	土豆70g牛存粒00g	6.0元	土豆烧牛肉	土豆00g牛肉70g	6.0元
	红烧手工肉圆	肉末150g	6.0元	银麻手撕鸡	鸡肉150g	6.0元	爆炒鸭肠	鸭肠70g辣椒70g洋葱10g	6.0元	白切鸡块	鸡块150g	6.0元	水煮鱼片	辅菜100g鱼片50g	6.0元
	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜60g牛肉100g	6.0元	水煮鱼片	辅菜100g鱼片50g	6.0元	家常米粉肉	米粉50g五花肉100g	6.0元	蒜香鸭块	鸭块150g	6.0元	蒜酥鸡	鸡肉150g	6.0元
	干煸辣子鸡	干辣椒10g鸡块140g	6.0元	红烧翅根	翅根150g	6.0元	梅干菜烧排骨	梅干菜30g排骨100g辅菜20g	6.0元	香蒸烧鸡	香蒸20g鸡块130g	6.0元	年糕烧排骨	排骨120g年糕30g	6.0元
	土豆烧牌翼	土豆50g牌翼100g	6.0元	油淋鲜肝	猪肝60g辣椒70g	6.0元	口水鸡	鸡块150g	6.0元	土豆烧牌翼	土豆50g牌翼100g	6.0元	富贵鸡丁	鸡丁50g土豆50g胡萝卜60g	6.0元
	水煮三鲜	鲜鱿圈40g圆饺50g牌翼50g素菜10g	6.0元	香辣鸡杂	鸡杂80g辣椒70g	6.0元	萝卜烧肉	萝卜70g五花肉40g扁豆肉40g	6.0元	富贵鸡丁	鸡丁50g土豆50g胡萝卜50g	6.0元	香酥鸡腿	鸡腿150g	6.0元
	梅干菜烧肉	梅干菜50g五花肉100g	6.0元	糖醋里脊	鸡脯肉150g	6.0元	水煮里脊	鸡脯肉100g辅菜50g	6.0元	生仁烧猪手	花生50g猪蹄100g	6.0元	青椒炒鸭肠	鸭肠70g辣椒70g洋葱10g	6.0元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150g	6.0元	红烧酱鸭	鸭块150g	6.0元	剁椒蒸鸡翅	鸡翅100g剁椒50g	6.0元	桶笋肉圆	桶笋20g肉末130g	6.0元	红烧丸子	肉丸150g	6.0元
	糖醋里脊	鸡胸肉150g	6.0元				西红柿蛋汤						地锅鸡	鸡块100g土豆30g青椒20g	6.0元
	冬瓜龙骨汤		免费	香菜豆腐肉末羹		免费	萝卜鸡蛋汤		免费	平菇蛋汤		免费	紫菜蛋汤		免费
晚餐	三色豆芽	绿豆芽00g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	养生萝卜	萝卜150g	1.0元	三色包菜丝	包菜00g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	胡萝卜海带丝	绿豆芽00g胡萝卜30g青椒丝40g	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜150g	1.0元
	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	三色土豆丝	土豆130g胡萝卜10g青椒10g	2.5元	青椒土豆丝	土豆130g胡萝卜20g	2.5元	清炒土豆丝	土豆150g	2.5元	醋辣土豆丝	土豆130g干辣椒20g	2.5元
	醋溜土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.5元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	油焖茄子	茄子150g	4.5元	鱼香茄子	茄子150g	4.5元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元	肉末豆腐	豆腐145g肉末5g	3.0元
	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	黄瓜鸡蛋	黄瓜60g鸡蛋70g	4元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元
	花菜炒肉片	花菜100g五花肉50g	4.5元	干锅花菜	花菜130g肉片20g	4.5元	肉末茄子	茄子145g肉末5g	4.5元	油焖茄子	茄子145g肉末5g	4.5元	肉末茄子	茄子145g肉末5g	4.5元
	鱼香肉丝	水解50g胡萝卜50g肉丝30g木耳20g	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	豆角肉丝	豆角100g肉丝50g	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	蒜薹肉丝	蒜薹90g木耳20g肉片40g	4.5元
	干锅鸡翅	鸡翅130g肉片20g	4.5元	干锅千叶豆腐	千页豆腐130g肉片20g	4.5元	香椿蒜炒肉片	香椿蒜100g肉片50g	4.5元	豆角肉丝	豆角100g肉丝50g	4.5元	干锅花菜	花菜100g肉片50g	4.0元
	三河小炒	鸡翅60g藕干60g胡萝卜30g	4.5元	小葱蒜蛋	水蛋150g	3.0元	辣椒小炒肉	杭椒70g五花肉80g	6.0元	家常豆腐	豆腐130g青红椒20g	4.0元	小炒嫩杂	莲藕120g青红椒20g肉丝10g	4.0元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	木耳鸡翅炒肉片	木耳30g鸡翅00g里脊肉40g	4.5元	花菜肉片	花菜100g肉片50g	4.5元	青椒干张	青椒100g干张50g	4.0元	土豆炒肉丝	芹菜100g肉丝50g	4.5元
	土豆炒藕	土豆140肉片10g	4.0元	豆角肉丝	豆角130g肉丝20g	4.5元	生瓜肉片	生瓜100g肉片50g	4.5元	韭菜煎鸡蛋	韭菜50g鸡蛋100g	5.0元	干四豆腐炒肉片	干四豆腐100g肉片50g	4.5元
	干锅土豆片	土豆140肉片10g	4.0元	香蒜青菜	香蒜20g青菜130g	3.0元	洋葱鸡蛋	洋葱70g鸡蛋60g	4.0元	毛豆炒蕾	毛豆100g肉蕾50g	4.0元	醋蒸鸡蛋	醋蒸90g鸡蛋60g	4.0元
	肉末粉条	粉条140g肉末10g	4.0元	熊油冬瓜	冬瓜140g肉末10g	3.5元	油淋上海青	上海青150g	3.0元	干锅土豆片	土豆140肉片10g	4.0元	洋葱白干肉丝	洋葱20g白干100g肉丝30g	4.5元
	青菜炒豆皮	青菜130g豆皮20g	3.0元	海带烧排骨	海带50g排骨100g	6.0元	土豆烧肉	土豆00g牛肉70g	6.0元	醋辣包菜	包菜150g	3.0元	土豆炸酱	土豆120g肉酱30g	4.0元
	土豆熟半粉肉	土豆20g半粉20个五花肉110g	6.0元	银盘基围虾	基围虾150g	6.0元	糖醋里脊	鸡脯肉150g	6.0元	干张精烧肉	干张精70g五花肉40g扁豆肉40g	6.0元	蜜鸡烧肉	蜜鸡70g五花肉40g扁豆肉40g	6.0元
	蒜香鸭块	鸭块150g	6.0元	香蒜青菜	香蒜20g鸡块130g	6.0元	白干烧排骨	白干70g排骨00g	6.0元	海带烧排骨	海带80g排骨100g	6.0元	剁椒蒸鸡翅	鸡翅100g剁椒50g	6.0元
	富贵鸡丁	鸡丁50g土豆50g胡萝卜50g	6.0元	鱼香肉丝	鸡丝150g	6.0元	鱼香肉丝	鸡丝150g	6.0元	鱼香肉丝	鸡丝150g	6.0元	卤汁猪扇	猪扇150g	6.0元
	川味口水鸡	鸡块150g	6.0元	香酥鸡柳	鸡柳150g	6.0元	酸菜肉片	酸菜80g里脊肉70g	6.0元	糖醋鸡块	鸡块150g	6.0元	红烧鸡腿	鸡腿150g	6.0元
	酸菜鱼片	酸菜50g鱼片100g	6.0元	土豆烧牛腩	土豆50g牛腩100g	6.0元	卤水鸡腿	鸡腿150g	6.0元	银盘鸡柳	鸡腩肉150g	6.0元	银麻辣肝	猪肝130g花椒5g青椒15g	6.0元
	毛豆米烧鸡	毛豆50g鸡块100g	6.0元	白干烧肉	白干50g五花肉100g	6.0元	杭椒小炒肉	杭椒70g五花肉80g	6.0元	水煮鱼片	辅菜100g鱼片50g	6.0元	脆炒鸭	鸭肉150g	6.0元
	蜜鸡烧排骨	蜜鸡80g排骨100g	6.0元	蒜泥白切鸡	鸡块150g	6.0元	香椿蒜烧肉	香椿蒜00g五花肉70g	6.0元	蒜苗鸡杂	鸡杂00g蒜苗70g	6.0元	糖醋鸭包肉	鸡脯肉150g	6.0元
	银盘鸡丁	鸡丁150g	6.0元	三鲜毛豆	毛豆20g鸡蛋20g肉丸110g	6.0元	干煸仔鸡	干辣椒20g鸡块130g	6.0元	孜然鸡块	鸡块150g	6.0元	干煸仔鸡	干辣椒20g鸡块130g	6.0元
	香酥鸡柳	鸡柳150g	6.0元	红烧大排	大排150g	6.0元	银盘鸡丁	鸡丁150g	6.0元	土豆烧牛存粒	土豆70g牛存粒00g	6.0元	土豆烧牛肉	土豆00g牛肉70g	6.0元
	红烧手工肉圆	肉末150g	6.0元	银麻手撕鸡	鸡肉150g	6.0元	爆炒鸭肠	鸭肠70g辣椒70g洋葱10g	6.0元	白切鸡块	鸡块150g	6.0元	水煮鱼片	辅菜100g鱼片50g	6.0元
	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜60g牛肉100g	6.0元	水煮鱼片	辅菜100g鱼片50g	6.0元	家常米粉肉	米粉50g五花肉100g	6.0元	蒜香鸭块	鸭块150g	6.0元	蒜酥鸡	鸡肉150g	6.0元
	干煸辣子鸡	干辣椒10g鸡块140g	6.0元	红烧翅根	翅根150g	6.0元	梅干菜烧排骨	梅干菜30g排骨100g辅菜20g	6.0元	香蒸烧鸡	香蒸20g鸡块130g	6.0元	年糕烧排骨	排骨120g年糕30g	6.0元
	土豆烧牌翼	土豆50g牌翼100g	6.0元	油淋鲜肝	猪肝60g辣椒70g	6.0元	口水鸡	鸡块150g	6.0元	土豆烧牌翼	土豆50g牌翼100g	6.0元	富贵鸡丁	鸡丁50g土豆50g胡萝卜50g	6.0元
	水煮三鲜	鲜鱿圈40g圆饺50g牌翼50g素菜10g	6.0元	香辣鸡杂	鸡杂80g辣椒70g	6.0元	萝卜烧肉	萝卜70g五花肉40g扁豆肉40g	6.0元	富贵鸡丁	鸡丁50g土豆50g胡萝卜50g	6.0元	香酥鸡腿	鸡腿150g	6.0元
	梅干菜烧肉	梅干菜50g五花肉100g	6.0元	糖醋里脊	鸡脯肉150g	6.0元	水煮里脊	鸡脯肉100g辅菜50g	6.0元	生仁烧猪手	花生50g猪蹄100g	6.0元	青椒炒鸭肠	鸭肠70g辣椒70g洋葱10g	6.0元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150g	6.0元	红烧酱鸭	鸭块150g	6.0元	剁椒蒸鸡翅	鸡翅100g剁椒50g	6.0元	桶笋肉圆	桶笋20g肉末130g	6.0元	红烧丸子	肉丸150g	6.0元
	糖醋里脊	鸡胸肉150g	6.0元				西红柿蛋汤						地锅鸡	鸡块100g土豆30g青椒20g	6.0元
	冬瓜龙骨汤		免费	香菜豆腐肉末羹		免费	萝卜鸡蛋汤		免费	平菇蛋汤		免费	紫菜蛋汤		免费

玉兔餐厅

玉兔餐厅一周菜单（10.13-10.17）

周一

餐次	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
	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝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	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
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	桂花糕	桂花酱 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
	酱肉包	酱肉 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
	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
	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元
	酱香饼	酱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
	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
	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
	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
	糯粑	糯米饭 60克 计 60克	2元
	稀饭		免费
中餐	土豆烧仔鸡	土豆60克 鸡肉块 90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
	高笋红烧肉	高笋60克五花肉90克计150克	6元
	香辣鸡翅根	鸡翅根150克	6元
	红烧狮子头	肉丸子150克	6元
	肉沫茄子	肉沫 40克茄子110克计150克	4.5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	花菜85克青蒜15克胡萝卜片10克肉片40克计150克	4.5元
	黄瓜烤肠炒鸡蛋	黄瓜55克烤肠45克鸡蛋50克计150克	4.5元
	青椒土豆丝	土豆丝110克，青椒丝40克，计150克	3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
	香菇青菜	香菇40克青菜110克计150克	3元
	红烧茄子	茄子150克	4元
	家常烧豆腐	豆腐70克青椒片15克红椒片15克泡木耳10克肉片40克计150克	4元
	醋蕾大白菜	白菜150克	1元
	紫菜鸡蛋汤		免费
晚餐	糖醋鸡柳	鸡肉条 90克 面粉 30克 糖醋汁30克 计150克	6元
	土豆烧仔鸡	土豆60克 鸡肉块 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
	酱味烧鸭块	鸭肉块150克	6元
	红烧琵琶腿	琵琶腿150克	6元/1个
	鱼香炒肉丝	土豆丝45克胡萝卜丝35克泡木耳35克肉丝45克计150克	4.5元
	肉沫蒸鸡蛋	肉沫 45克 鸡蛋 60克水45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	花菜85克青蒜15克胡萝卜片10克肉片40克计150克	4.5元
	干锅土豆片	土豆片 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克肉片50克 计150克	3元
	玉米粒炒鸡丁	鸡肉丁105克玉米粒45克计150克	4.5元
	平包菜炒肉片	平包菜120克肉片30克	4元
	家常烧豆腐	豆腐70克青椒片15克红椒片15克泡木耳10克肉片40克计150克	4元
	酸辣大白菜	乌大白菜150克	2元
	青椒绿豆芽	青椒丝35克绿豆芽115克计150克	1元
	紫菜鸡蛋汤		免费

周二

餐次	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
	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计70克	1.5元
	肉沫梅干菜	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	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	鸡肉25克 面粉45克 计70克	2.5元
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	桂花糕	桂花酱 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
	酱肉包	酱肉 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
	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
	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元
	酱香饼	酱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
	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
	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
	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
	糯粑	糯米饭60克 计60克	2元
	稀饭		免费
中餐	土豆烧肉	土豆60克五花肉90克计150克	6元
	蒜香鸡腿	琵琶腿 150克	6元
	红烧鲫快	鱼块150克	6元
	高笋红烧肉	高笋60克五花肉90克计150克	6元
	红烧狮子头	肉丸子150克	6元/1个
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元
	干锅花菜	花菜85克青蒜15克胡萝卜片10克肉片40克计150克	4.5元
	青椒洋葱炒鸡	青椒丝55克洋葱丝45克鸡蛋50克计150克	4元
	干锅土豆肉片	土豆片 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克肉片50克 计150克	3元
	蒜香肉沫虎皮	肉沫40克青椒块110克计150克	4.5元
	香芹白干炒肉	芹菜65克白干40克肉丝45克计150克	4.5元
	肉沫烧豆腐	肉沫 40克豆腐110克计150克	3元
	青椒炒肉丝	青椒丝90克肉丝60克计150克	4.5元
	酸辣大白菜	大白菜150克	2元
	双色绿豆芽	青红椒丝35克绿豆芽115克计150克	1元
	海带蛋花汤		免费
晚餐	米粉羔鸭块	米粉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
	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 鸡肉块 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
	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
	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
	腌豆腐炒肉丝	青椒丝15克腌豆腐85克肉丝50克计150克	4元
	平菇青蒜炒肉	平菇 65克青椒片25克胡萝卜片25克肉片35克计	4元
	青椒洋葱炒肉	青椒丝65克洋葱丝45克肉丝40克计150克	3元
	高笋木耳炒肉	高笋65克泡木耳35克胡萝卜片15克肉片35克计150克	4.5元
	炒三色肉丁	胡萝卜丁45克青椒丁25克洋葱丁30克肉丁50克计150克	4元
	蒜泥小青菜	蒜蓉40克小青菜110克计150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒50克，绿豆芽100克，计150克	1元
	海带蛋花汤		免费

周三

餐次	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
	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克	1.5元
	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45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	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
	卤鸡蛋	鸡蛋60克	1.5元
	桂花糕	桂花酱 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
	酱肉包	酱肉 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
	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计1	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
	酱香饼	酱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
	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
	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克 鸡蛋30克 面粉20克 计6	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	3元
	锅贴	锅贴20g	0.5元
	糯粑	糯米饭60克 计 60克	2元
	稀饭		免费
中餐	干张结烧肉	干张 60克 五花肉 90克 计150克	6元
	土豆烧鸡块	土豆60克 鸡肉块 90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
	洗汁烧鸡腿	琵琶腿 150克	6元/1个
	香辣虾	年糕 60克 虾 90克 计150克	6元
	白干炒肉丝	青蒜 35克白干 55克 肉丝 60克 计150克	4元
	肉沫烧茄子	肉沫 45克 茄块 105克 计150克	4.5元
	木耳炒肉片	青椒25克红椒15克 泡木耳 60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
	干锅土豆片	土豆片 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克肉片50克 计150克	3元
	肉沫烧豆腐	肉沫 40克豆腐110克计150克	4元
	花菜炒肉片	花菜85克青蒜 15克胡萝卜片 10克肉片40克计150克	4.5元
	平包菜肉片	平包菜 85克胡萝卜片35克肉片 30克计150克	3元
	蒜蓉青菜	蒜蓉40克小青菜110克计150克	2元
	酸辣大白菜	大白菜150克	1元
	青菜豆腐蛋汤		免费
晚餐	剁椒蒸琵琶腿	琵琶腿120克 剁椒酱20克 计140克	6元/1个
	土豆红烧肉	土豆60克 五花肉90克计150克	6元
	香菌红烧鸡	香菌块 60克鸡块 90克计150克	6元
	糖醋里脊片	猪肉条90克 面粉30克糖醋汁30克计150克	5元
	米粉蒸全鸭	米粉50克鸭块100克计150克	6元
	青椒千张炒肉丝	青椒丝 85克千张丝35克肉丝30克计150克	4元
	干锅炒花菜	花菜85克青蒜15克胡萝卜片10克肉片40克计150克	4.5元
	肉沫蒸鸡蛋	肉沫45克 鸡蛋 60克水45克 计150克	4元
	青椒土豆丝	土豆丝110克，青椒丝40克，计150克	3元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元
	高笋木耳炒肉片	高笋65克泡木耳35克胡萝卜片15克肉片35克计150克	4.5元
	平菇炒肉片	平菇 65克青椒片25克胡萝卜片2、5克肉片 35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
	青椒海带丝	青椒丝50克海带丝100克计150克	2元
	酸辣大白菜	大白菜150克	1元
	青菜豆腐蛋汤		免费

周四

餐次	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
	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克 计70克	1.5元
	肉沫梅干菜	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	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
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	桂花糕	桂花酱 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
	酱肉包	酱肉 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
	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
	酸菜肉饼	酸菜20克 肉15克 面粉35克 计70克	3元
	酱香饼	酱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
	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
	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
	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
	糯粑	糯米饭60克 计60克	2元
	稀饭		免费
中餐	冬瓜烧肉	冬瓜70克，五花肉80克	6元
	毛豆红烧鸡	豆节70克 鸡块80克 计150克	6元
	金陵盐水鸭	鸭肉块150克	6元
	香辣回锅肉	肉片90克蒜苗50克青椒10克计150克	6元
	椒盐里脊肉	肉片90克面粉30克椒盐料30克计150克	6元
	肉沫虎皮青椒	肉沫40克青椒块110克计150克	4元
	干锅炒花菜	花菜85克青蒜15克胡萝卜10克肉片40克计150克	4.5元
	葱爆猪肝	京葱30克，青红椒20克洋葱20克猪肝80克	5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元
	青椒炒肉丝	青椒90克肉丝60克计150克	4.5元
	香芹白干炒肉	芹菜65克白干40克肉丝45克计150克	4元
	高笋木耳炒肉	高笋65克泡木耳35克胡萝卜片15克肉片35克计150克	4.5元
	青椒土豆丝	土豆丝110克，青椒丝40克，计150克	3元
	蒜蓉小青菜	蒜蓉40克小青菜110克计150克	2元
	双色绿豆芽	青椒丝20克胡萝卜丝20克绿豆芽110克计150克	1元
	西红柿鸡蛋汤		免费
晚餐	梅干菜烧肉	梅干菜60克 五花肉90克计150克	6元
	豆节红烧鸡	豆节60克 鸡块90克 计150克	6元
	金陵盐水鸭	鸭肉块150克	6元
	香辣回锅肉	肉片90克蒜苗50克青椒10克计150克	6元
	椒盐里脊肉	肉片90克面粉30克椒盐料30克计150克	6元
	肉沫虎皮青椒	肉沫40克青椒块110克计150克	4元
	干锅炒花菜	花菜85克青蒜15克胡萝卜10克肉片40克计150克	4.5元
	肉沫烧茄子	肉沫45克茄块95克计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90克鸡蛋60克计150克	4元
	青椒炒肉丝	青椒90克肉丝60克计150克	4.5元
	香芹白干炒肉	芹菜65克白干40克肉丝45克计150克	4元
	高笋木耳炒肉	高笋65克泡木耳35克胡萝卜片15克肉片35克计150克	4.5元
	青椒土豆丝	土豆丝110克，青椒丝40克，计150克	3元
	蒜蓉小青菜	蒜蓉40克小青菜110克计150克	2元
	双色绿豆芽	青椒丝20克胡萝卜丝20克绿豆芽110克计150克	1元
	西红柿鸡蛋汤		免费

周五

餐次	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
	牛肉粉丝包	牛肉10克 粉丝15克 面粉45克	1.5元
	肉沫梅干菜包	肉沫10克 梅干菜15克 面粉45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	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
	卤鸡蛋	鸡蛋60克	1.5元
	桂花糕	桂花酱 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
	酱肉包	酱肉 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
	烧卖	糯米饭40克 肉20克 面粉20克 计	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
	酱香饼	酱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
	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
	火腿鸡蛋饼	火腿肠10克鸡蛋30克 面粉20克 计	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	3元
	锅贴	锅贴20g	0.5元
	糯粑	糯米饭60克 计60克	2元
	稀饭		免费
中餐	千张结烧肉	千张60克五花肉90克	6元
	沙拉鸡排	鸡肉块140克沙拉酱10克计150克	6元
	川味回锅肉	土豆片 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克肉片50克	6元
	红烧大排	大排肉150克	6元
	爆香鸡翅根	土豆60克 鸡肉块 90克计 150克	6元
	肉沫茄子	肉沫 40克茄子110克计150克	4.5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	花菜85克青蒜15克胡萝卜片10克肉片40克计150克	4.5元
	香芹白干炒肉丝	芹菜65克白干40克肉丝45克计150克	4.5元
	干锅土豆片	土豆片 75克 青椒片15克 胡萝卜片10克肉片50克 计150克	3元
	蒜苗木耳炒鸡蛋	蒜苗70克泡木耳20克鸡蛋60克计150克	4.5元
	家常烧豆腐	豆腐70克青椒片15克红椒片15克泡木耳10克肉片40克计150克	4元
	香菇青菜	香菇50克 青菜100克 共计150克	3元
	剁椒干包菜	包菜130克 剁椒20克 共计150克	2元
	青椒绿豆芽	青椒丝35克 绿豆芽115克 计150克	1元
	冬瓜排骨汤		免费
晚餐	椒盐鸡柳	鸡脯肉 150克	6元
	辣仔鸡	鸡肉150克	6元
	红烧鸡腿	琵琶腿150克	6元
	土豆烧肉	土豆60克 五花肉 90克计 150克	6元
	腐竹香酥鸭	腐竹结60克鸭块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
	鱼香茄子	肉丝50克茄子100克计150克	4.5元
	青椒炒千张	青椒60克千张90克计150克	4元
	花菜肉片	肉片50克 花菜100克计150克	4.5元
	小葱蒸蛋	小葱10克鸡蛋140克、克计150克	4元
	黄豆芽烧鲫丝	黄豆芽60克鲫丝90克计150克	4元
	青椒炒腌皮豆腐	青椒40克腌皮豆腐110克计150克	4.5元
	青椒土豆丝	土豆丝110克，青椒丝40克，计150克	3元
	蒜蓉青菜	蒜蓉40克小青菜110克计150克	2元
	平包菜	平包菜150克	1元
	冬瓜排骨汤		免费

鸿青餐厅

鸿青餐饮

合肥一中鸿青餐厅食谱（带量）2025.10.20-2025.10.24

餐次	周一		
	菜品名称	价格	重量
早餐	纯肉饼	5元	面粉50克肉50
	豆浆粉丝饼	3元	面粉50豆浆粉丝40
	肉沫豆腐饼	3元	面粉50肉沫豆腐饼40
	手工鲜肉包	1.5元	面粉50肉馅40
	葱油饼	2元	面粉75
	四丁鸡蛋	1.5元	面粉10鸡蛋30鸡肉丝末15
	茶叶蛋	1.5元	鸡蛋50
	生煎包	1元	面粉30肉馅25
	锅贴	0.5元/个	面粉30肉馅25
	蹄髈汤	免费	
	稀饭	免费	
午餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴		
	蹄髈汤		
	稀饭		
晚餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴		
	蹄髈汤		
	稀饭		

餐次	周二		
	菜品名称	价格	重量
早餐	纯肉饼	5元	面粉50肉馅50
	豆浆粉丝饼	3元	面粉50豆浆粉丝40
	肉沫豆腐饼	3元	面粉50肉沫豆腐饼40
	手工鲜肉包	1.5元	面粉50肉馅40
	葱油饼	2元	面粉75
	四丁鸡蛋	1.5元	面粉10鸡蛋30鸡肉丝末15
	茶叶蛋	1.5元	鸡蛋50
	生煎包	1元	面粉30肉馅25
	锅贴	0.5元/个	面粉30肉馅25
	蹄髈汤	免费	
	稀饭	免费	
午餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴		
	蹄髈汤		
	稀饭		
晚餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴		
	蹄髈汤		
	稀饭		

餐次	周三		
	菜品名称	价格	重量
早餐	纯肉饼	5元	面粉50肉馅50
	豆浆粉丝饼	3元	面粉50豆浆粉丝40
	肉沫豆腐饼	3元	面粉50肉沫豆腐饼40
	手工鲜肉包	1.5元	面粉50肉馅40
	葱油饼	2元	面粉75
	四丁鸡蛋	1.5元	面粉10鸡蛋30鸡肉丝末15
	茶叶蛋	1.5元	鸡蛋50
	生煎包	1元	面粉30肉馅25
	锅贴/潮饺	0.5元/个	面粉30肉馅25
	蹄髈汤	免费	
	稀饭	免费	
午餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴/潮饺		
	蹄髈汤		
	稀饭		
晚餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴/潮饺		
	蹄髈汤		
	稀饭		

餐次	周四		
	菜品名称	价格	重量
早餐	纯肉饼	5元	面粉50肉馅50
	豆浆粉丝饼	3元	面粉50豆浆粉丝40
	肉沫豆腐饼	3元	面粉50肉沫豆腐饼40
	手工鲜肉包	1.5元	面粉50肉馅40
	葱油饼	2元	面粉75
	四丁鸡蛋	1.5元	面粉10鸡蛋30鸡肉丝末15
	茶叶蛋	1.5元	鸡蛋50
	生煎包	1元	面粉30肉馅25
	锅贴/潮饺	0.5元/个	面粉30肉馅25
	蹄髈汤	免费	
	稀饭	免费	
午餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴/潮饺		
	蹄髈汤		
	稀饭		
晚餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴/潮饺		
	蹄髈汤		
	稀饭		

餐次	周五		
	菜品名称	价格	重量
早餐	纯肉饼	5元	面粉50肉馅50
	豆浆粉丝饼	3元	面粉50豆浆粉丝40
	肉沫豆腐饼	3元	面粉50肉沫豆腐饼40
	手工鲜肉包	1.5元	面粉50肉馅40
	葱油饼	2元	面粉75
	四丁鸡蛋	1.5元	面粉10鸡蛋30鸡肉丝末15
	茶叶蛋	1.5元	鸡蛋50
	生煎包	1元	面粉30肉馅25
	锅贴/潮饺	0.5元/个	面粉30肉馅25
	蹄髈汤	免费	
	稀饭	免费	
午餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴/潮饺		
	蹄髈汤		
	稀饭		
晚餐	纯肉饼		
	豆浆粉丝饼		
	肉沫豆腐饼		
	手工鲜肉包		
	葱油饼		
	四丁鸡蛋		
	茶叶蛋		
	生煎包		
	锅贴/潮饺		
	蹄髈汤		
	稀饭		

餐次	周一		
	菜品名称	价格	重量
中餐	炖炒鸡翅	1.0	平鸡翅150
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	麻婆豆腐	2.0	豆腐150
	素炒芹菜	3.0	芹菜红椒干粉150
	生炒肉片	4.0	生肉120肉片30
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	花椒肉片	4.5	花椒120肉片30
	干煸豆角	4.5	豆角120肉馅30
	家保鸡丁	5.0	胡萝卜黄瓜花生米鸡丁70
	土豆烧肉	5.5	土豆80肉70
	萝卜排骨	6.0	萝卜80排骨70
	香煎狮鸡	6.0	香煎狮鸡70
	红烧酥鲫	6.0	酥鲫150
	烤海参	6.0	带皮鱼肉150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20
晚餐	冬瓜120木耳黄豆150		
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	蒸鸡蛋	3.0	鸡蛋70水30
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿80g鸡蛋70g
	盐菜炒蛋	4.0	盐菜80鸡蛋70
	小炒肉	5.0	洋葱肉400尖椒肉片70
	土豆烧鸡	5.5	土豆70鸡肉80
	酱皮冻	6.0	带皮猪肉150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20

餐次	周二		
	菜品名称	价格	重量
中餐	炖炒鸡翅	1.0	豆腐150
	酥辣土豆丝	2.0	绿豆芽120粉条30
	麻婆豆腐	2.0	土豆150
	肉沫蛋丝	4.0	鸡蛋120肉末30
	红烧素鸡	4.0	素鸡150
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	青椒肉丝	4.5	青椒120肉丝30
	铁板丝肉	5.0	洋葱铁板120肉末30
	肉沫炒豆芽	4.0	豆芽菜120肉末30
	糖水肉圆	5.0	糖水70肉末30
	西兰花炒肉片	4.5	西兰花120肉片30
	土豆烧鸡	5.5	土豆70鸡80
	海带排骨	6.0	海带80排骨80
	红烧酥鲫	6.0	酥鲫150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20
晚餐	炒冬瓜	1.0	冬瓜150
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	麻婆豆腐	2.0	豆腐150
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	盐菜炒蛋	4.0	盐菜80鸡蛋70
	小炒肉	5.0	洋葱肉400尖椒肉片70
	土豆烧鸡	5.5	土豆70鸡80
	酸菜鱼	6.0	带皮鱼肉150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20

餐次	周三		
	菜品名称	价格	重量
中餐	炖炒鸡翅	1.0	平鸡翅150
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	麻婆豆腐	2.0	豆腐150
	素炒芹菜	3.0	芹菜红椒干粉150
	生炒肉片	4.0	生肉120肉片30
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	花椒肉片	4.5	花椒120肉片30
	干煸豆角	4.5	豆角120肉馅30
	家保鸡丁	5.0	胡萝卜黄瓜花生米鸡丁70
	土豆烧肉	5.5	土豆80肉70
	萝卜排骨	6.0	萝卜80排骨70
	香煎狮鸡	6.0	香煎狮鸡70
	红烧酥鲫	6.0	酥鲫150
	烤海参	6.0	带皮鱼肉150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20
晚餐	韭菜芽	1.0	绿豆芽120韭菜30
	红烧冬瓜	2.0	冬瓜150
	清炒白菜	2.0	大白菜150
	芹菜干炒肉丝	4.0	芹菜干子120肉丝30
	花菜肉片	4.5	花菜120肉片30
	鱼香茄子	4.5	茄子120肉末30
	香煎狮鸡	6.0	香煎狮鸡70
	红烧酥鲫	6.0	酥鲫150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20

餐次	周四		
	菜品名称	价格	重量
中餐	清炒大白菜	1.0	大白菜150
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	红烧豆腐	2.0	豆腐150
	清炒苋菜	3.0	苋菜150蒜末30
	青瓜肉片	4.0	青瓜120肉片30
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	花菜肉片	4.5	花菜120肉片30
	小炒肉	5.0	洋葱肉400尖椒肉片70
	木耳西兰花	4.5	木耳西兰花120肉末30
	干煸鸡翅	6.0	干煸鸡翅150
	糖醋排骨	6.0	土豆120排骨30
	辣子鸡	6.0	芹菜洋葱辣椒鸡150
	红烧鲫鱼	6.0	鲫鱼150
	麻辣鱼	6.0	鲫鱼150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20
晚餐	炒绿豆芽	1.0	绿豆芽120
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	蒸鸡蛋羹	3.0	鸡蛋70水30
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	盐菜炒蛋	4.0	盐菜80鸡蛋70
	黑椒肉丝	4.5	黑椒120肉丝30
	辣子鸡	6.0	芹菜洋葱辣椒鸡150
	糖醋鱼	6.0	带皮鱼肉150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味卷法羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	茄盒酥肉羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	风趣酥羊肉	11.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	东北麻辣烫羊肉	10.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	小鹅肉	4.0	鸡肉净重80
	鸡肉	4.0	建肉150
	鸡蛋	4.0	鸡蛋150
	肉片	4.0	建肉150
	炸菜	2.5	鸡菜150
	虎干	1.0	干子40g
	去壳虎菜	2.0	鸡菜50g
	青菜面	7.0	面条200青菜40
	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70
	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40炸蛋40青菜100
	肉臊拌面	13.0	面条200青菜40卤肉70
	麻酱鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70
	烤鸭饭	12.0	米饭300跳菜150烤伊鸭110
	椒盐酥鱼饭	14.0	米饭300跳菜150椒盐鱼110
	叉烧饭	14.0	米饭300跳菜150叉烧110
	蛋饺	2.5	蛋饺皮30鸡蛋牛奶30
	蔬菜包	7.0	面包胚72蔬菜馅28
	莓莓包	7.0	面包胚72莓莓馅28
	丹麦面包	6.0	面粉120奶糖10盐1.5蛋液20牛奶40
	丹麦拼伊	8.0	面粉120伊思10盐1.5蛋液20

餐次	周五		
	菜品名称	价格	重量
中餐	清炒豆芽菜	1.0	豆芽150
	酥辣土豆丝	2.0	土豆150
	清炒土豆丝	2.0	土豆150
	红烧茄子	3.0	茄子150蒜末30
	西红柿炒蛋	3.5	西红柿150鸡蛋70
	青椒肉丝	4.5	青椒120肉丝30
	西兰花炒肉片	4.5	西兰花120肉片30
	小炒肉	5.0	洋葱肉400尖椒肉片70
	木耳西兰花	4.5	木耳西兰花120肉末30
	干煸鸡翅	6.0	干煸鸡翅150
	糖醋排骨	6.0	土豆120排骨30
	辣子鸡	6.0	芹菜洋葱辣椒鸡150
	麻辣鱼	6.0	鲫鱼150
	红烧酥鲫	6.0	酥鲫150
	川香麻辣羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	酸菜羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	浓香茄汁羊肉	9.0	羊肉200青菜30金针菇30豆腐20
	煲味鸡

大佳一餐厅

大佳一餐厅一周菜单 (10.20-10.26)

周一

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鸡蛋饼	面粉30g鸡蛋60g	1.0元
	大肉包	肉40g，面粉50g	1.5元
	蒸山芋	山芋50g	2.0元
	糍糕	糯米80g	1.5元
	油条	面粉80g	2.0元
	麦仁稀饭		免费
	辣椒汤		免费
中餐	孜然香芹羊肉	香芹50g羊肉g70g红椒30g	6.0元
	土豆烧肉	土豆60g五花肉90g	6.0元
	香菇鸡腿肉丁	香菇60g鸡腿肉80g红椒20g	6.0元
	小炒肉	青椒40g红椒20g洋葱20g五花肉70g	6.0元
	西红柿鸡蛋	西红柿100g土鸡蛋50g	4.0元
	肉末茄子	肉末30g茄子120g	4.5元
	干锅花菜	青椒10g洋葱20g胡萝卜20g花菜100g	4.5元
	西葫芦炒肉丝	西葫芦100g肉丝50g	4.0元
	鲜笋木耳炒鸡蛋	鲜笋100g木耳20g鸡蛋30g	4.0元
	肉末粉丝	肉末30g粉丝100g蒜叶20g	3.0元
	清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元
	青椒土豆丝	青椒20g土豆130g	2.5元
	水煮肉片	黄豆芽30g千张20g里脊肉片70g汤汁20g	6.0元
	糯米翅根	翅根130g糯米20g	6.0元
	海带烧排骨	海带片50g排骨100g	6.0元
	杏鲍菇炒肉丝	杏鲍菇100g肉丝30g红椒20g	4.5元
	青椒香干肉丝	青椒30g香干60g肉丝30g红椒30g	4.5元
	麻辣豆腐	豆腐150g	1.0元
	萝卜排骨汤		
晚餐	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元
	红烧瓦块鱼	鱼块150g	6.0元
	叉烧肉	梅花肉150g	6.0元
	毛豆炒肉丝	毛豆90g红辣椒30g肉丝30g	4.5元
	干锅虾	虾80g 年糕70g	6.0元
	糖醋里脊	里脊肉90g年糕60g	6.0元
	鲜笋木耳	鲜笋130g木耳20g	4.0元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	肉末茄子	茄子110肉末40g	4.5元
	酸辣土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.0元
	青椒黄豆芽	青椒40g胡萝卜30g豆芽80g	2.0元
	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元
	香菇青菜	青菜150g香菇10g	3.0元
	紫菜蛋汤		免费

周二

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鸡蛋饼	面粉30g鸡蛋60g	1.0元
	大肉包	肉40g，面粉50g	1.5元
	蒸山芋	山芋50g	2.0元
	糍糕	糯米80g	1.5元
	油条	面粉80g	2.0元
	麦仁稀饭		免费
	辣椒汤		免费
中餐	椒盐虾	蒜蓉30g年糕60g基围虾60g	6.0元
	千张结烧肉	千张结60g五花肉90g	6.0元
	土豆鸡块	土豆60g三黄鸡90g	6.0元
	茭白炒肉片	茭白30g青椒20g洋葱20g五花肉片80g	6.0元
	毛豆米炒鸡腿肉	毛豆米40g红杭椒20g鸡腿肉90g	6.0元
	糖醋年糕里脊	年糕60g里脊肉80g糖醋汁10g	6.0元
	太安鱼	草鱼150g	6.0元
	鱼香茄子	茄子130g肉丝20g	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g鸡蛋50g	4.0元
	干锅包菜	包心菜120g洋葱30g	2.0元
	酸辣土豆丝	土豆150g	2.5元
	小青菜	小青菜150g	3.0元
	莴笋炒木耳	莴笋100g木耳30g胡萝卜20g	4.0元
	蒜叶炒千张	蒜叶30g红椒20g千张100g	4.0元
	红烧冬瓜	冬瓜150g	1.0元
	家常豆腐	肉片30g辣椒10g老豆腐110g	4.5元
	水煮蛋	土鸡蛋100g调料水50g	3.0元
	肉末蒜蓉金针菇	肉末30g蒜蓉20g金针菇100g	4.5元
	菌菇肉片汤		
晚餐	蜜汁南瓜	南瓜120g蜜汁30g	1.0元
	米粉肉	肉130g米粉20g	6.0元
	回锅肉	青椒30g洋葱40g五花肉80g	3.5元/个
	鱼香茄子	茄子120g肉沫30g	4.5元
	土豆烧肉	肉90g土豆60g	6. 0元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	辣椒香干炒肉丝	青椒丝70g香干30g肉丝50g	4.5元
	干锅土豆片	土豆100g青椒片20g洋葱10g肉片20g	4.0元
	爆炒鸡丁	鸡丁120g辣椒20g洋葱10g	6.元
	莴笋木耳	莴笋90g木耳60g	4.0元
	三色土豆丝	土豆 80g胡萝卜30g青椒丝40g	2.5元
	香菇青菜	青菜130g香菇20g	3.0元
	糖醋里脊	年糕70g里脊肉80g	6.0元
	西红柿鸡蛋汤		免费

周三

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	梅干菜饼	梅干菜30，面粉60	2.5元
	粉丝包	粉丝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
	蒸玉米	玉米250	4元
	青菜香菇包	香菇10，青菜20，面粉60	1.5元
	鸡蛋饼	面粉30鸡蛋60	1.0元
	大肉包	肉40，面粉50	1.5元
	蒸山芋	山芋50	2.0元
	糍糕	糯米80	1.5元
	油条	面粉80	2.0元
	麦仁稀饭		免费
	辣椒汤		免费
中餐	红烧冬瓜	冬瓜150g	1.0元
	木耳白玉菜	大白菜100g木耳50g	3.0元
	干锅包菜	包菜150g	2.0元
	鱼香肉丝	木耳20g笋丝80g胡萝卜20g肉丝30g	5.0元
	口水鸡	土鸡120g汤汁30g	6.0元
	薯条鸡柳	薯条80g鸡柳50g番茄酱20g	6.0元
	水煮肉片	黄豆芽50g千张20g瘦肉片80g	8.0元
	杭椒炒牛肉	杭椒80g红椒20g肉丁50g	6.0元
	土豆烧肉	土豆70g肉80g	6.0元
	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	千张炒肉丝	千张120g肉丝30g	4.5元
	肉沫粉丝	g肉沫30g粉丝120g	3.0元
	土豆烧茄子	土豆70g茄子80g	4.5元
	小炒肉	杭椒80g肉片70g	6.0元
	糖醋排骨	海带60g排骨70g汤汁20g	6.0元
	青椒土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5元
	莴笋炒肉丝	莴笋120g肉丝30g	4.5元
	西兰花炒肉丝	西兰花120g肉丝30g	4.5元
	芙蓉汤		免费
晚餐	干菜烧肉	干菜50g红烧肉100g	6.0元
	水煮肉片	黄豆芽30g肉片120g	6.0元
	香菇青菜	青菜150g香菇10g	3.0元
	烤坨坨肉	坨坨肉150g	6.0元
	葱油鸡	鲜鸡150g	6.0元
	青椒炒蛋	青椒70g鸡蛋60g	4.5元
	香干炒肉丝	青椒丝70g香干30g肉丝50g	4.5元
	酸辣土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元
	冬瓜	冬瓜150g	1.0元
	花菜炒肉	花菜120g肉片30g	4.5元
	香葱蒸蛋	香葱20g鸡蛋130g	3.0元
	紫菜蛋汤		免费
	葱油鸡	鲜鸡150g	6.0元

周四

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	油条	面粉80	2.0元
	梅干菜包	梅干菜40g，面粉50g	1.5元
	粉丝包	粉丝40g，面粉50g	1.5元
	红豆包	红豆40g，面粉50g	1.5元
	卤鸡蛋	鸡蛋60g-70g	1.5元
	豆腐包	豆腐40g，面粉50g	1.5元
	青菜香菇包	香菇10g，青菜30g，面粉50g	1.5元
	白馒头	面粉50g	0.5元
	大肉包	肉40g，面粉40g	1.5元
	手工蒸饺	米面15g，馅15g	1.5元/2个
	糍糕	糯米80g	1.5元
	红豆稀饭		免费
	辣椒汤		免费
中餐	莴笋炒蛋	莴笋100g木耳20g鸡蛋30	4.0元
	炝炒绿豆芽	青椒40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.0元
	咖喱鸡块	鸡块90g土豆30g西红柿30	6.0元
	土豆牛肉	土豆60g牛肉70g汤汁20g	8.0元
	烤鸡腿	鸡腿150	6.0元
	水果里脊年糕	水果50g里脊肉50g年糕50g	6.0元
	红烧瓦块鱼	草鱼150g	6.0元
	豆角酱干肉丝	青椒60g酱干60g肉丝30g	4.5元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	豆角茄子	豆角50g茄子80g肉末20g	4.5元
	酸辣土豆丝	土豆丝140g干辣椒10g	2.0元
	木须肉	黄瓜80g肉片30g红辣椒30g木耳10	4.0元
	水蒸蛋	鸡蛋100g水50g	3.0元
	青菜香菇	青菜130g20g	3.0元
	莴笋肉丝	莴笋120g肉丝30g	4.5元
	肉拼蒸蛋	肉沫100g鸡蛋50g	6.0元
	花菜炒肉片	花菜120g肉片30g	4.5元
	鱼香肉丝	木耳20g笋丝80g胡萝卜20g肉丝30g	5.0元
	紫菜蛋汤		免费
晚餐	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元
	叉烧肉	梅花肉150g	6.0元
	红烧瓦块鱼	鱼块150g	6.0元
	干锅虾	虾80g 年糕70g	6.0元
	糖醋里脊	里脊肉90g年糕60g	6.0元
	莴笋木耳	莴笋130g木耳20g	4.0元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	肉末茄子	茄子110g肉末40g	4.5元
	酸辣土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.0元
	青椒黄豆芽	青椒40g胡萝卜30g豆芽80g	2.0元
	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元
	香菇青菜	青菜150g香菇10g	3.0元
	白菜蛋花汤		免费

周五

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	南瓜馒头	南瓜40g，面粉30g	0.5元
	韭菜盒	韭菜30g，粉丝20g，面粉60g	3.5元
	鱼香肉丝包	面粉50g，鱼香肉丝40g	1.5元
	大肉包	肉40g，面粉50g	1.5元
	肉丁烧卖	面粉15g，馅45g	1.5元
	糍糕	糯米80g	1.5元
	油条	面粉80g	2.0元
	梅干菜包	梅干菜30g，面粉60g	1.5元
	粉丝包	粉丝20g，面粉60g	1.5元
	红豆包	红豆30g，面粉60g	1.56元
	卤鸡蛋	鸡蛋60-70g	1.5元
	麻豆稀饭		免费
	辣椒汤		免费
中餐	麻辣豆腐	豆腐150g	1.0元
	酸辣大白菜	大白菜150g	3.0元
	肉末丸子蒸虾	肉末110g基围虾40g	6.元
	烤鸡腿肉排	鸡肉150g	6元
	土豆烧肉	肉90g土豆60g	6.0元
	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	渣茄子	茄子140g蒜子10g	3.0元
	椒盐平菇	平菇150gg	4.5元
	干锅土豆片	土豆100g青椒片20g洋葱110g肉片20g	4.0元
	年糕鸡块	年糕80g鸡块70g	6.0元
	莴笋炒肉丝	莴笋90g木耳30g肉丝30	4.0元
	三鲜排骨	鸟蛋40鸡蛋皮20海鲜菇30排骨50汤20	8.0元
	香菇青菜	青菜150g香菇10g	3.0元
	卤盐水鹅	鹅腿肉150	6.0元
	鱼香肉丝	胡萝卜20g木耳朵30g肉丝100g	6.0元
	豉油蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元
	虎皮青椒	肉沫30g青椒120g	4.5元
	干锅土豆片	土豆片100g青椒30g洋葱20g	4.0元
	青菜豆腐蛋花汤		免费
晚餐	麻辣豆腐	豆腐150g	1.0元
	水煮肉片	黄豆芽70g千张20g肉片60g	6.0元
	杭椒回锅肉	酱干20g杭椒50g五花肉70g	6.0元
	肉烧毛豆	五花肉90g毛豆60g	6.0元
	糖醋鱼块	草鱼120g糖醋汁30g	6.0元
	酸辣土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.0元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元
	酸辣土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.0元
	蒜蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元
	炝炒空心菜	空心菜150g	3.0元
	土豆烧鸡	土豆60g仔鸡90g	6.0元
	包菜肉末烧粉丝	包菜120g粉丝30g	3.0元
	丝瓜蛋花汤		免费

周日

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐			
中餐			

千喜鹤餐厅

合肥瑶海一中千喜鹤餐厅带量菜单（10月20日--10月24日）

周一

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鲜肉大包	馅 30克 面粉 50克 计80	1.5元
	奥尔良鸡肉包	肉30克 面粉50克 计80	2.5元
	香菇青菜包	10克 青菜20克 面粉 50克 计	1.5元
	酱肉包	酱肉 30克 面粉 50克 计80克	2.5元
	麻辣粉丝包	粉丝30克 面粉50克 计80克	1.5元
	包菜粉丝包	10克 粉丝20克 面粉 50克 计	1.5元
	黑米卷	120克 糯米30克 面粉60克 计2	2.5元
	桂花糕	8120克 糯米粉50克 干桂花20克 计	2.5元
	红枣糕	粉120克 糯米粉50克 红枣20克 计1	2.5元
	饭团	饭120克 萝卜干20克 肉松30克计1	5元
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	烧卖	40克 肉 20克 面粉 20克	1.5元
	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元
	糍糕	糯米饭 80克	2元3个
	水煎包	肉馅 15克 面粉 20克 计35克	1.5元2个
	鸡蛋肉松灌饼	0克 肉松 20克 面粉40克 计	5元
	鸡蛋薄饼	鸡蛋30克 面粉 20克 计50克	1元
	土豆火卷饼	土豆40克火卷饼 45克 计80克	4元
	菜盒	菜30克 面粉 35克 计65克	1.5元
	山芋粥		免费
	胡辣汤		免费
中餐	鸡肉洋葱圈	洋葱圈150克	6元
	糖醋里脊	里脊肉80糖醋汁70克共计150克	6元
	宫保鸡丁	肉100克黄瓜30克花生米20克共计150	6元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150克	6元
	红烧鸡块土豆	鸡块100克土豆50克共计150克	6元
	红烧肉豆结	五花肉100克豆结50克共计150克	6元
	农家小炒肉	肉100克青椒30克洋葱20克共计150	4.5元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	花菜炒肉片	花菜100克肉50克计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	麻婆豆腐肉沫	豆腐120克肉沫30克共计150克	4元
	青椒土豆丝	椒10克土豆110克肉丝30克共计150	4.5元
	红烧冬瓜	冬瓜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	西红柿蛋花汤		免费汤
晚餐	焗盐鸡	鸡肉150克	6元
	沙拉鸡排	鸡排150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	红烧大排	猪排150克	6元
	劲爆鸡米花	鸡肉150克	6元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	芹菜炒白干肉丝	芹菜70克白干50克肉丝30克共150克	4.5元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	青椒土豆丝	土豆丝150克	3元
	爆炒包心菜	包菜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	冬瓜鸡蛋汤		免费汤

周二

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鲜肉大包	肉馅 30克 面粉 50克 计80克	1.5元
	奥尔良鸡肉包	鸡肉30克 面粉50克 计80克	2.5元
	香菇青菜包	菇10克 青菜20克 面粉 50克 计80	1.5元
	酱肉包	酱肉 30克 面粉 50克 计80克	2.5元
	麻辣粉丝包	粉丝30克 面粉50克 计80克	1.5元
	包菜粉丝包	菜10克 粉丝20克 面粉 50克 计80	1.5元
	黑米卷	米120克 糯米30克 面粉60克 计210	2.5元
	桂花糕	粉120克 糯米粉50克 干桂花20克 计19	2.5元
	红枣糕	米粉120克 糯米粉50克 红枣20克 计190	2.5元
	饭团	米饭120克 萝卜干20克 肉松30克计170	5元
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	烧卖	饭 40克 肉 20克 面粉 20克 计	1.5元
	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元
	糍糕	糯米饭 80克	2元3个
	水煎包	肉馅 15克 面粉 20克 计35克	1.5元2个
	鸡蛋肉松灌饼	蛋60克 肉松 20克 面粉40克 计120	5元
	鸡蛋薄饼	鸡蛋30克 面粉 20克 计50克	1元
	土豆火卷饼	土豆40克火卷饼 45克 计80克	4元
	菜盒	菜30克 面粉 35克 计65克	1.5元
	红豆粥		免费
	胡辣汤		免费
中餐	红烧鸡块土豆	鸡块100克土豆50克共计150克	6元
	农家小炒肉	猪肉100克青椒30克洋葱20克共计150克	4.5元
	劲爆鸡米花	鸡肉150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	红烧大排	猪排150克	6元
	辣子鸡	鸡块150克	6元
	杭椒肉柳	杭椒50克肉柳100克共计150克	6元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150克	6元
	肉沫蒸蛋	鸡蛋100克肉沫50克共计150克	4.5元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	麻婆豆腐肉沫	豆腐120克肉沫30克共计150克	4元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	爆炒包心菜	包菜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	紫菜鸡蛋汤		免费汤
晚餐	红烧大排	猪排150克	6元
	辣子鸡	鸡块150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150克	6元
	沙拉鸡排	鸡排150克	6元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	芹菜炒白干肉丝	芹菜70克白干50克肉丝30克共150克	4.5元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	爆炒大白菜	包菜150克	2元
	红烧冬瓜	冬瓜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	西红柿蛋花汤		免费汤

周三

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鲜肉大包	馅 30克 面粉 50克 计80	1.5元
	奥尔良鸡肉包	肉30克 面粉50克 计80	2.5元
	香菇青菜包	10克 青菜20克 面粉 50克 计	1.5元
	酱肉包	酱肉 30克 面粉 50克 计80克	2.5元
	麻辣粉丝包	粉丝30克 面粉50克 计80克	1.5元
	包菜粉丝包	10克 粉丝20克 面粉 50克 计	1.5元
	黑米卷	120克 糯米30克 面粉60克 计2	2.5元
	桂花糕	8120克 糯米粉50克 干桂花20克 计	2.5元
	红枣糕	粉120克 糯米粉50克 红枣20克 计1	2.5元
	饭团	饭120克 萝卜干20克 肉松30克计1	5元
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	烧卖	40克 肉 20克 面粉 20克	1.5元
	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元
	糍糕	糯米饭 80克	2元3个
	水煎包	肉馅 15克 面粉 20克 计35克	1.5元2个
	鸡蛋肉松灌饼	0克 肉松 20克 面粉40克 计	5元
	鸡蛋薄饼	鸡蛋30克 面粉 20克 计50克	1元
	土豆火卷饼	土豆40克火卷饼 45克 计80克	4元
	菜盒	菜30克 面粉 35克 计65克	1.5元
	红豆粥		免费
	胡辣汤		免费
中餐	红烧肉豆结	五花肉100克豆结50克共计150克	6元
	农家青椒炒肉	青椒50克肉片100克共计150克	6元
	红烧鸡块土豆	鸡块100克土豆50克共计150克	6元
	辣子鸡	鸡块150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	青椒土豆肉丝	椒10克土豆110克肉丝30克共计150	4.5元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	芹菜炒白干肉丝	芹菜70克白干50克肉丝30克共150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	红烧鸡腿	鸡腿150克	6元
	劲爆鸡米花	鸡肉150克	6元
	宫保鸡丁	肉100克黄瓜30克花生米20克共计150	6元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	老母鸡汤		免费汤
晚餐	红烧鸡块土豆	鸡块100克土豆50克共计150克	6元
	红烧肉豆结	五花肉100克豆结50克共计150克	6元
	滋滋烤鱼排	鱼排150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	红烧大排	猪排150克	6元
	麻婆豆腐肉沫	豆腐120克肉沫30克	4元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	青椒土豆丝	青椒50克土豆100克共计150克	3元
	爆炒包心菜	包菜150克	2元
	红烧冬瓜	冬瓜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	紫菜鸡蛋汤		免费汤

周四

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鲜肉大包	肉馅 30克 面粉 50克 计80克	1.5元
	奥尔良鸡肉包	鸡肉30克 面粉50克 计80克	2.5元
	香菇青菜包	菇10克 青菜20克 面粉 50克 计80	1.5元
	酱肉包	酱肉 30克 面粉 50克 计80克	2.5元
	麻辣粉丝包	粉丝30克 面粉50克 计80克	1.5元
	包菜粉丝包	菜10克 粉丝20克 面粉 50克 计80	1.5元
	黑米卷	米120克 糯米30克 面粉60克 计210	2.5元
	桂花糕	粉120克 糯米粉50克 干桂花20克 计19	2.5元
	红枣糕	米粉120克 糯米粉50克 红枣20克 计190	2.5元
	饭团	米饭120克 萝卜干20克 肉松30克计170	5元
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	烧卖	饭 40克 肉 20克 面粉 20克 计	1.5元
	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元
	糍糕	糯米饭 80克	2元3个
	水煎包	肉馅 15克 面粉 20克 计35克	1.5元2个
	鸡蛋肉松灌饼	蛋60克 肉松 20克 面粉40克 计120	5元
	鸡蛋薄饼	鸡蛋30克 面粉 20克 计50克	1元
	土豆火卷饼	土豆40克火卷饼 45克 计80克	4元
	菜盒	菜30克 面粉 35克 计65克	1.5元
	红豆粥		免费
	胡辣汤		免费
中餐	农家青椒炒肉	青椒50克肉片100克共计150克	6元
	劲爆鸡米花	鸡肉150克	6元
	鸡肉洋葱圈	洋葱圈150克	6元
	红烧肉土豆	猪肉100克土豆50克共计150克	6元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150克	6元
	杭椒肉柳	杭椒50克肉柳100克共计150克	6元
	辣子鸡	鸡块150克	6元
	肉沫蒸蛋	鸡蛋100克肉沫50克共计150克	4.5元
	鱼香茄子	肉丝50克茄子100克共计150克	4.5元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	芹菜炒白干肉丝	芹菜70克白干50克肉丝30克共150克	4.5元
	麻婆豆腐肉沫	豆腐120克肉沫30克	4元
	爆炒包心菜	包菜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	冬瓜鸡蛋汤		免费汤
晚餐	辣子鸡	鸡块150克	6元
	红烧鸡块土豆	鸡块100克土豆50克共计150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	沙拉鸡排	鸡排150克	6元
	鸡肉洋葱圈	洋葱圈150克	6元
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150克	6元
	红烧大排	猪排150克	6元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	爆炒包心菜	包菜150克	2元
	红烧冬瓜	冬瓜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	西红柿蛋花汤		免费汤

周五

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	鲜肉大包	馅 30克 面粉 50克 计80	1.5元
	奥尔良鸡肉包	肉30克 面粉50克 计80	2.5元
	香菇青菜包	10克 青菜20克 面粉 50克 计	1.5元
	酱肉包	酱肉 30克 面粉 50克 计80克	2.5元
	麻辣粉丝包	粉丝30克 面粉50克 计80克	1.5元
	包菜粉丝包	10克 粉丝20克 面粉 50克 计	1.5元
	黑米卷	120克 糯米30克 面粉60克 计2	2.5元
	桂花糕	8120克 糯米粉50克 干桂花20克 计	2.5元
	红枣糕	粉120克 糯米粉50克 红枣20克 计1	2.5元
	饭团	饭120克 萝卜干20克 肉松30克计1	5元
	卤鸡蛋	鸡蛋 60克	1.5元
	烧卖	40克 肉 20克 面粉 20克	1.5元
	糖糕	糖20克 面粉 60克 计80克	1.5元
	糍糕	糯米饭 80克	2元3个
	水煎包	肉馅 15克 面粉 20克 计35克	1.5元2个
	鸡蛋肉松灌饼	0克 肉松 20克 面粉40克 计	5元
	鸡蛋薄饼	鸡蛋30克 面粉 20克 计50克	1元
	土豆火卷饼	土豆40克火卷饼 45克 计80克	4元
	菜盒	菜30克 面粉 35克 计65克	1.5元
	红豆粥		免费
	胡辣汤		免费
中餐	农家青椒炒肉	青椒50克肉片100克共计150克	6元
	番茄小酥肉	小酥肉150克	6元
	辣仔鸡	仔鸡150克	6元
	红烧鸡块土豆	鸡块100克土豆50克共计150克	6元
	劲爆鸡米花	鸡肉150克	6元
	鸡肉洋葱圈	鸡肉洋葱圈150克	6元
	宫保鸡丁	肉100克黄瓜30克花生米20克共计150	6元
	米粉蒸肉	肉130克米粉20克共计150克	6元
	花菜炒肉片	花菜100克肉片50克共计150克	4.5元
	肉沫茄子	肉沫50克茄子100克共计150克	4.5元
	西红柿炒鸡蛋	西红柿90鸡蛋60计150克	4.5元
	麻婆豆腐肉沫	豆腐120克肉沫30克	4元
	红烧冬瓜	冬瓜150克	2元
	清炒绿豆芽	青椒30克绿豆芽120克计150克	1元
	西红柿蛋花汤		免费汤

徽王餐厅

徽王餐厅一周菜单 (10.19-10.24)

周一

餐别	品名	重量（g）	价格/元
早餐	巧克力麻薯	25g	3元/个 5元/2个
	奶香片	面包片45g	4元/个
	芝士面包	50g	3元/个
	豆沙旋风	面80g豆沙20g	6元
	巧克力玛芬	60g	5元/个
	豆奶酥面包	面80g 红豆20g	6元
	毛毛虫面包	面80g	6元/个
	蓝莓面包	面80g	6元/个
	松松卷	面 100g 肉松20g	6元/个
	芝士肉松	面80g 肉松20g	6元/个
	甜甜圈	面80g 巧克力15g	6元/个
	巧克力雷神面包	面80g 奶酪20g	8元/个
	岩烧吐司	面80g	8元/个
	鲜肉拇子面包	面80g 鸡腿肉20g	8元/个
	鸡排面包	鸡腿肉50g	10元/个
	披萨	面80g。肉20g	10元/个
中餐	炒三丝	青椒30g包菜丝120g胡萝卜	1
	水晶冬瓜	冬瓜150g	1
	鸡毛菜	鸡毛菜150g	2
	椒盐薯条	土豆150g	3.5
	肉沫蒸蛋	鸡蛋80g肉沫70g	4.5
	青椒爆肉	青椒40g肉110g	5
	干丝肉片	干丝60g肉片90g	5
	麻辣鸡翅	鸡翅150g	3
	炝三鲜	土豆茄子豆角150g	4
	本帮鱼块	鱼150g	6
	咖喱鸡	土豆40g鲜鸡110g	5
	鱼香肉丝	青椒10g洋葱10g红椒10肉丝120g	5
	鱼香素鸡	素鸡150g	5
	家常豆腐片	油豆腐60g肉90g	4
	土豆烧牛肉	土豆30牛肉120	6
	孜然肉片	猪肉150g	6
	小炒土豆片	土豆50g肉100g	5
	免费汤 紫菜蛋花汤		
	猪脚饭	猪脚肉120	14
	番茄牛肉饭	牛肉80番茄50	14
	可乐鸡块饭	鸡肉100	12
	蜜汁鸡扒饭	蜜汁鸡肉110	13
	脆皮鸡排饭	脆皮鸡肉110	13
	阿妈叉烧饭	猪五花肉100	14
	阿妈鸡腿饭	鸡腿120	11
	阿妈排骨饭	排骨100年糕15	14
	阿妈小酥肉饭	小酥肉100	12
	阿妈咖喱鸡饭	咖喱鸡肉120	12
晚餐	干锅包菜	包菜150g	1
	青椒土豆丝	土豆丝150g	2.5
	香菇油淋青菜	青菜150g	3
	水煮肉片	娃娃菜20g肉片120g	5
	麻辣鸡丝	鸡丝150g	6
	双蛋方腿	方腿80g鸡蛋60g	5
	黑椒鸡排	鸡排150g	6
	木耳肉片	木耳30g肉片120g	5
	白切鸡	鸡肉150g	6
	番茄鸡蛋	柿子40g鸡蛋100g	4
	油焖茄子肉	茄子100g肉50g	4
	农家油豆腐	豆腐150g	4
	莴笋木耳	莴笋100g胡萝卜30g木耳20g	4

周二

餐别	品名	重量（g）	价格/元
早餐	巧克力麻薯	25g	3元/个 5元/2个
	奶香片	面包片45g	4元/个
	芝士面包	50g	3元/个
	豆沙旋风	面80g豆沙20g	6元
	巧克力玛芬	60g	5元/个
	豆奶酥面包	面80g 红豆20g	6元
	毛毛虫面包	面80g	6元/个
	蓝莓面包	面80g	6元/个
	松松卷	面 100g 肉松20g	6元/个
	芝士肉松	面80g 肉松20g	6元/个
	甜甜圈	面80g 巧克力15g	6元/个
	巧克力雷神面包	面80g 奶酪20g	8元/个
	岩烧吐司	面80g	8元/个
	鲜肉拇子面包	面80g 鸡腿肉20g	8元/个
	鸡排面包	鸡腿肉50g	10元/个
	披萨	面80g。肉20g	10元/个
中餐	清炒白菜	白菜150g	1
	手撕包菜	包菜150g	1
	酸辣土豆丝	土豆丝150g	2.5
	麻婆豆腐	豆腐150g	2
	蒸蛋	鸡蛋150g	2
	鲍油肉片	红椒10青椒10肉片130	5
	鱼香肉丝	木耳10洋葱10红椒10肉丝120	5
	咕咾肉	猪肉150g	6
	叉烧肉	猪肉150g	6
	木须肉	木耳10红椒10蒜苗10肉片120g	5
	青椒肉片	青椒20肉片120g	5
	辣子鸡	鸡块150g	5
	西红柿鸡蛋	西红柿40鸡蛋110g	4
	肉沫茄子	茄子40肉沫110g	4
	米粉蒸肉	米粉40肉110g	5
	宫保鸡丁	黄瓜10土豆10胡萝卜10鸡肉120g	5
	辣子鸡	鸡肉150g	6
	免费汤 西红柿鸡蛋汤		
	猪脚饭	猪脚肉120	14
	番茄牛肉饭	牛肉80番茄50	14
	可乐鸡块饭	鸡肉100	12
	蜜汁鸡扒饭	蜜汁鸡肉110	13
	脆皮鸡排饭	脆皮鸡肉110	13
	阿妈叉烧饭	猪五花肉100	14
	阿妈鸡腿饭	鸡腿120	11
	阿妈排骨饭	排骨100年糕15	14
	阿妈小酥肉饭	小酥肉100	12
	阿妈咖喱鸡饭	咖喱鸡肉120	12
晚餐	清蒸南瓜	南瓜150g	1
	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150g	6
	肉沫茄子	茄子50g肉沫100g	4
	豆角肉丝	豆角30g肉丝120g	5
	香菇炖鸡	干香菇30g鸡120g	6
	椒盐鸡块	鸡块150g	6
	回锅肉	青椒10g洋葱10g肉130g	5
	酸三鲜	土豆茄子豆角150g	5
	干锅豆干	豆干150g	4
	西红柿鸡蛋	西红柿40g鸡蛋110g	4
	花菜炒肉	花菜30g肉120g	5
	锅包肉	猪肉150g	6
	油麦菜	油麦菜150g	3

周三

餐别	品名	重量（g）	价格/元
早餐	巧克力麻薯	25g	3元/个 5元/2个
	奶香片	面包片45g	4元/个
	芝士面包	50g	3元/个
	豆沙旋风	面80g豆沙20g	6元
	巧克力玛芬	60g	5元/个
	红豆奶酥面包	面80g 红豆20g	6元
	毛毛虫面包	面80g	6元/个
	蓝莓面包	面80g	6元/个
	松松卷	面 100g 肉松20g	6元/个
	芝士肉松	面80g 肉松20g	6元/个
	甜甜圈	面80g 巧克力15g	6元/个
	巧克力雷神面包	面80g 奶酪20g	8元/个
	岩烧吐司	面80g	8元/个
	鲜肉拇子面包	面80g 鸡腿肉20g	8元/个
	鸡排面包	鸡腿肉50g	10元/个
	披萨	面80g。肉20g	10元/个
中餐	炒三丝	青椒30g包菜丝120g胡萝卜	1
	油淋包菜	包菜150g	1
	咖喱鸡	土豆30g鲜鸡120g	5
	鸡糁	鸡肉条150g	6
	回锅肉	青椒10g洋葱10g肉130g	5
	鱼香肉丝	椒10g洋葱10g红椒10肉丝12	5
	肉沫茄子	茄子30g肉沫120g	4
	西红柿鸡蛋	西红柿40g鸡蛋110g	4
	土豆丝	土豆丝150g	2.5
	香菇青菜	香菇40青菜110g	3
	肉沫蒸蛋	肉沫80鸡蛋70g	4
	土豆烧牛肉	土豆30牛肉120g	6
	毛血旺	毛血旺150g	5
	鞭条炒肉	鞭条40g肉110g	4
	农家豆腐	豆腐150g	4
	鱼香肉丝	红椒10青椒10洋葱10肉丝11	5
	油豆腐烧肉	油豆腐20g肉130g	6
	免费 汤蔬菜羹		
	猪脚饭	猪脚肉120	14
	番茄牛肉饭	牛肉80番茄50	14
	可乐鸡块饭	鸡肉100	12
	蜜汁鸡扒饭	蜜汁鸡肉110	13
	脆皮鸡排饭	脆皮鸡肉110	13
	阿妈叉烧饭	猪五花肉100	14
	阿妈鸡腿饭	鸡腿120	11
	阿妈排骨饭	排骨100年糕15	14
	阿妈小酥肉饭	小酥肉100	12
	阿妈咖喱鸡饭	咖喱鸡肉120	12
晚餐	清炒绿芽	青椒20豆芽130g	1
	柠檬手撕鸡	鸡肉120柠檬30g	6
	糖醋里脊	猪肉150g	6
	青椒鸡蛋炒肉丝	青椒30g肉片100g鸡蛋20g	5
	毛氏红烧肉	猪肉150g	6
	爆炒肉片	小米辣50肉片100	6
	糖醋小排	排骨150g	6
	蒜泥白肉	猪肉150	6
	芹菜香干	芹菜90g香干60g	3
	青椒干豆腐	青椒30g豆皮120g	2.5
	香菇青菜	青菜150g香菇10g	3
	酸辣土豆丝	土豆丝140 g干辣椒10g	2.5
	椒盐土豆	土豆150g	3

周四

餐别	品名	重量（g）	价格/元
早餐	巧克力麻薯	25g	3元/个 5元/2个
	奶香片	面包片45g	4元/个
	芝士面包	50g	3元/个
	豆沙旋风	面80g豆沙20g	6元
	巧克力玛芬	60g	5元/个
	红豆奶酥面包	面80g 红豆20g	6元
	毛毛虫面包	面80g	6元/个
	蓝莓面包	面80g	6元/个
	松松卷	面 100g 肉松20g	6元/个
	芝士肉松	面80g 肉松20g	6元/个
	甜甜圈	面80g 巧克力15g	6元/个
	巧克力雷神面包	面80g 奶酪20g	8元/个
	岩烧吐司	面80g	8元/个
	鲜肉拇子面包	面80g 鸡腿肉20g	8元/个
	鸡排面包	鸡腿肉50g	10元/个
	披萨	面80g。肉20g	10元/个
中餐	蒸南瓜	南瓜150g	1
	青椒豆芽	豆芽150g	1
	叉烧肉	土豆片20g肉140g	6
	鱼香肉丝	红椒10青椒10洋葱10肉丝120	5
	香辣鱼块	鱼150g	6
	酸溜排骨	排骨150g	6
	咕咾肉	猪肉150g	6
	酱香茄条	茄子150g	4
	水煮肉干丝	猪肉150g	5
	青椒肉片	青椒20g肉片120g	5
	干锅豆片炒肉	土豆20g肉片120g	5
	西兰花炒肉	西兰花20g肉130g	5
	蜜汁鹅腿	鸡腿150g	6
	肉沫豆腐	肉沫120g豆腐30g	4
	素肠炒肉	素肠20g肉130g	5
	酸辣土豆丝	土豆丝150g	2.5
	油麦菜	油麦菜150g	3
	免费汤 排骨冬瓜汤		
	猪脚饭	猪脚肉120	14
	番茄牛肉饭	牛肉80番茄50	14
	可乐鸡块饭	鸡肉100	12
	蜜汁鸡扒饭	蜜汁鸡肉110	13
	脆皮鸡排饭	脆皮鸡肉110	13
	阿妈叉烧饭	猪五花肉100	14
	阿妈鸡腿饭	鸡腿120	11
	阿妈排骨饭	排骨100年糕15	14
	阿妈小酥肉饭	小酥肉100	12
	阿妈咖喱鸡饭	咖喱鸡肉120	12
晚餐	清炒白菜	白菜150g	1
	青椒土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5
	三杯鸡	鸡仔150g	6
	火腿鸡蛋	火腿30g鸡蛋10g	5
	红烧猪蹄	猪蹄150g	6
	小炒肉	辣椒10g肉140g	5
	地三鲜	土豆茄子豆角150g	4
	家常豆腐	红椒10青椒10洋葱10豆腐120g	4
	腐竹烧肉	腐竹20g肉130g	5
	爆炒肝子	猪肝150g	5
	海带结烧肉	海带结20g肉130g	6
	水煮鱼片	鱼150g	6
	西红柿鸡蛋	西红柿40g鸡蛋110g	4

周五

餐别	品名	重量（g）	价格/元
早餐	巧克力麻薯	25g	3元/个 5元/2个
	奶香片	面包片45g	4元/个
	芝士面包	50g	3元/个
	豆沙旋风	面80g豆沙20g	6元
	巧克力玛芬	60g	5元/个
	红豆奶酥面包	面80g 红豆20g	6元
	毛毛虫面包	面80g	6元/个
	蓝莓面包	面80g	6元/个
	松松卷	面 100g 肉松20g	6元/个
	芝士肉松	面80g 肉松20g	6元/个
	甜甜圈	面80g 巧克力15g	6元/个
	巧克力雷神面包	面80g 奶酪20g	8元/个
	岩烧吐司	面80g	8元/个
	鲜肉拇子面包	面80g 鸡腿肉20g	8元/个
	鸡排面包	鸡腿肉50g	10元/个
	披萨	面80g。肉20g	10元/个
中餐	麻辣豆腐	150g	1
	清炒豆芽菜	150g	1
	青椒土豆丝	150g	2.5
	剁椒白菜	150g	2.5
	毛血旺	150g	5
	酱香鹅腿	鹅腿150g	6
	咕咾肉	150g	6
	香辣虾	150g	6
	椒盐鸡柳	150g	6
	鱼香肉丝	红椒10青椒10洋葱10肉丝120g	5
	肉沫茄子	肉沫110g茄子40g	4
	青椒肉片	青椒30g肉片120g	5
	蒜苗炒蛋	蒜苗30g鸡蛋120g	4
	土豆烧肉	土豆20g肉130g	6
	西红柿鸡蛋	西红柿40g鸡蛋110g	4
	免费汤 西柿肉圆汤		
	猪脚饭	猪脚肉120g	14
	番茄牛肉饭	牛肉80g番茄50g	14
	可乐鸡块饭	鸡肉100	12
	蜜汁鸡扒饭	蜜汁鸡肉110	13
	脆皮鸡排饭	脆皮鸡肉110	13
	阿妈叉烧饭	猪五花肉100	14
	阿妈鸡腿饭	鸡腿120	11
	阿妈排骨饭	排骨100年糕15	14
	阿妈小酥肉饭	小酥肉100	12
	阿妈咖喱鸡饭	咖喱鸡肉120	12
晚餐	青椒豆芽	青椒20豆芽130	1
	青椒炒香干	青椒20香干130	3
	麻婆豆腐	豆腐150	2
	生瓜炒蛋	生瓜90鸡蛋60	4
	地三鲜	土豆50茄子50豆角50	4
	芹菜炒香干	芹菜90西蓝花60	3
	干锅花菜	花菜90肉30青椒30	4.5
	杭椒肉糠	肉片130杭椒20	6
	蜂蜜酸鸡	鸡150	6
	奥尔良花菜	花菜150	3
	鹌鹑蛋卤肉	肉100鹌鹑蛋40香菇洋葱30	6
	手撕鸡	鸡120	6
	宫爆肉丁	肉丁50胡萝卜50黄瓜40花生米10	5

周日

餐别	品名	重量（g）	价格/元
早餐			
中餐			
晚餐	素炒海带丝	海带丝150g	1
	清炒包菜	包菜150g	1
	糖醋里脊	猪肉150g	6
	腐竹炒肉	腐竹30g肉120g	5
	小炒肉	猪肉150g	5
	西兰花炒肉	西兰花30g肉120g	5
	地三鲜	土豆茄子豆角150g	4
	生瓜鸡蛋	生瓜30g鸡蛋120g	4
	香酥鹅	150g	6
	叉烧肉	猪肉150g	6
	肉沫蒸蛋	肉沫90g蒸蛋60g	4
	家乡豆腐	豆腐150g	4
	西红柿鸡蛋	西红柿40g鸡蛋110g	4

龙之源餐厅

龙之源餐饮 LONGZHIYUAN CATERING

龙之源餐厅一周菜单（10.20—10.24）

周一

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	肉包	面粉50肉沫40	1.5元
	青菜包	面粉50青菜40	1.0元
	鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元
	豆角包	面粉50豆角40	1.5元
	豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元
	梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	1.5元
	烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元
	蒸饺	饺皮10肉馅20	0.5元
	纯肉饼	面粉90肉馅50	5.0元
	肉夹馍	面粉90五花肉40	5.0元
	鸡蛋卷饼	饼90鸡蛋60素菜40	4.0元
	青菜粉丝饼	面粉90青菜粉丝馅40	3.0元
	肉沫豆腐饼	面粉90肉沫豆腐馅40	3.0元
	青椒鸡蛋饼	面粉80青椒鸡蛋40	3.0元
	火腿鸡蛋饼	饼55鸡蛋45火腿20	3.0元
	红豆饼	面粉35红豆20	2.0元
	辣糊汤		免费
	白粥		免费
	水煮蛋		1.0元
	卤鸡蛋		1.5元
中餐	虾	虾150	6元
	蒜苗牛肉	蒜苗60牛肉90	6元
	红烧鸡	鸡肉150	6元
	米粉肉	猪肉150	6元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	莴笋肉片	莴笋80肉片70	5元
	肉丸	猪肉150	4元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	毛白菜	白菜150	3元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	豆芽	豆芽150	1元
	紫菜蛋汤		免费
晚餐			
	米粉肉	猪肉150	6元
	咕咯肉	猪肉150	6元
	莴笋肉片	莴笋80肉片70	5元
	红烧鱼		5元
	青椒香干肉丝		4.5元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	肉丸	猪肉150	4元
	蒸蛋	鸡蛋150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	红烧冬瓜	冬瓜150	1元
	瓠瓜蛋汤		免费

周二

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	肉包	面粉50肉沫40	1.5元
	青菜包	面粉50青菜40	1.0元
	鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元
	豆角包	面粉50豆角40	1.5元
	豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元
	梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	1.5元
	烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元
	蒸饺	饺皮10肉馅20	0.5元
	纯肉饼	面粉90肉馅50	5.0元
	肉夹馍	面粉90五花肉40	5.0元
	鸡蛋卷饼	饼90鸡蛋60素菜40	4.0元
	青菜粉丝饼	面粉90青菜粉丝馅40	3.0元
	肉沫豆腐饼	面粉90肉沫豆腐馅40	3.0元
	青椒鸡蛋饼	面粉80青椒鸡蛋40	3.0元
	火腿鸡蛋饼	饼55鸡蛋45火腿20	3.0元
	红豆饼	面粉35红豆20	2.0元
	辣糊汤		免费
	白粥		免费
	水煮蛋		1.0元
	卤鸡蛋		1.5元
中餐	排骨	排骨150	6元
	虾	虾150	6元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	蒜苗鸡丁	蒜苗60鸡丁90	5.5元
	红烧鱼	鱼150	5.5元
	莴笋肉片	莴笋80肉片70	5元
	肉丸	猪肉150	4元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	炒青菜	青菜150	3元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	双椒平包菜		1元
	平包菜蛋汤		免费
晚餐	红烧鸡		6元
	虾	虾150	6元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	蒜苗肉丝	蒜苗80猪肉70	5元
	肉丸	猪肉150	4元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	豇豆茄子	豇豆80茄子70	4元
	肉沫豆腐	豆腐100肉沫50	3元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	双椒豆芽	豆芽150	1元
	白菜豆腐蛋汤		免费

周三

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	肉包	面粉50肉沫40	1.5元
	青菜包	面粉50青菜40	1.0元
	鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元
	豆角包	面粉50豆角40	1.5元
	豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元
	梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	1.5元
	烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元
	蒸饺	饺皮10肉馅20	0.5元
	纯肉饼	面粉90肉馅50	5.0元
	肉夹馍	面粉90五花肉40	5.0元
	鸡蛋卷饼	饼90鸡蛋60素菜40	4.0元
	青菜粉丝饼	面粉90青菜粉丝馅40	3.0元
	肉沫豆腐饼	面粉90肉沫豆腐馅40	3.0元
	青椒鸡蛋饼	面粉80青椒鸡蛋40	3.0元
	火腿鸡蛋饼	饼55鸡蛋45火腿20	3.0元
	红豆饼	面粉35红豆20	2.0元
	辣糊汤		免费
	白粥		免费
	水煮蛋		1.0元
	卤鸡蛋		1.5元
中餐	虾	虾150	6元
	蒜苗牛肉	蒜苗60牛肉90	6元
	红烧鸡	鸡肉150	6元
	米粉肉	猪肉150	6元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	莴笋肉片	莴笋80肉片70	5元
	肉丸	猪肉150	4元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	毛白菜	白菜150	3元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	豆芽	豆芽150	1元
	紫菜蛋汤		免费
晚餐			
	米粉肉	猪肉150	6元
	咕咯肉	猪肉150	6元
	莴笋肉片	莴笋80肉片70	5元
	红烧鱼		5元
	青椒香干肉丝		4.5元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	肉丸	猪肉150	4元
	蒸蛋	鸡蛋150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	红烧冬瓜	冬瓜150	1元
	西红柿鸡蛋汤		免费

周四

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	肉包	面粉50肉沫40	1.5元
	青菜包	面粉50青菜40	1.0元
	鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元
	豆角包	面粉50豆角40	1.5元
	豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元
	梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	1.5元
	烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元
	蒸饺	饺皮10肉馅20	0.5元
	纯肉饼	面粉90肉馅50	5.0元
	肉夹馍	面粉90五花肉40	5.0元
	鸡蛋卷饼	饼90鸡蛋60素菜40	4.0元
	青菜粉丝饼	面粉90青菜粉丝馅40	3.0元
	肉沫豆腐饼	面粉90肉沫豆腐馅40	3.0元
	青椒鸡蛋饼	面粉80青椒鸡蛋40	3.0元
	火腿鸡蛋饼	饼55鸡蛋45火腿20	3.0元
	红豆饼	面粉35红豆20	2.0元
	辣糊汤		免费
	白粥		免费
	水煮蛋		1.0元
	卤鸡蛋		1.5元
中餐	酱鸭	鸭150	6元
	虾	虾150	6元
	蒜苗牛肉	蒜苗60牛肉90	5.5元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	豆角肉沫	豆角80猪肉70	5.5元
	花菜肉片	花菜80猪肉70	5元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	肉丸	猪肉150	4元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	毛白菜	白菜150	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	豆芽	豆芽150	1元
	西红柿鸡蛋汤		免费
晚餐	虾	虾150	6元
	米粉肉	猪肉150	6元
	鸡腿	鸡腿150	5.5元
	豇豆肉丝	豇豆80肉丝70	5元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	干锅花菜	花菜150	4元
	肉丸	猪肉150	4元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	毛白菜	白菜150	3元
	土豆片	土豆150	2元
	冬瓜	冬瓜150	1元
	鸡汤		免费

周五

餐别	品名	重量（g）	价格
早餐	肉包	面粉50肉沫40	1.5元
	青菜包	面粉50青菜40	1.0元
	鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元
	豆角包	面粉50豆角40	1.5元
	豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元
	梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	1.5元
	烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元
	蒸饺	饺皮10肉馅20	0.5元
	纯肉饼	面粉90肉馅50	5.0元
	肉夹馍	面粉90五花肉40	5.0元
	鸡蛋卷饼	饼90鸡蛋60素菜40	4.0元
	青菜粉丝饼	面粉90青菜粉丝馅40	3.0元
	肉沫豆腐饼	面粉90肉沫豆腐馅40	3.0元
	青椒鸡蛋饼	面粉80青椒鸡蛋40	3.0元
	火腿鸡蛋饼	饼55鸡蛋45火腿20	3.0元
	红豆饼	面粉35红豆20	2.0元
	辣糊汤		免费
	白粥		免费
	水煮蛋		1.0元
	卤鸡蛋		1.5元
中餐	虾	虾150	6元
	排骨	排骨150	6元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	鸡腿	鸡腿150	5元
	蒜苗鸡丁	蒜苗80鸡肉70	5元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	肉丸	猪肉150	4元
	肉沫豆腐	豆腐100肉沫50	4元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	毛白菜	白菜150	3元
	土豆片	土豆150	2元
	豆芽		1元
	豆腐鸡蛋汤		免费
晚餐			
	蒜苗牛肉	蒜苗60牛肉90	6元
	虾	虾150	6元
	土豆烧肉	土豆60猪肉90	5.5元
	鸡腿	鸡腿150	5元
	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
	肉丸	猪肉150	4元
	肉末豆腐	豆腐100肉沫50	3元
	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元
	油渣大白菜	油炸50白菜100	3元
	土豆丝	土豆150	2元
	平包菜丝	平包菜150	1元
	紫菜蛋汤		免费

龙之源餐饮 LONGZHIYUAN CATERING

龙之源餐厅一周菜单（10.20—10.24）

牛肉汤

品名	重量（g）	价格
招牌牛肉粉丝	牛肉80g，粉丝150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌牛肉河粉	牛肉80g，河粉150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌牛肉汤面	牛肉80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌牛肉拌面	牛肉80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌牛肉米线	牛肉80g，米线150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝粉丝	肉丝80g，粉丝150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝河粉	肉丝80g，河粉150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝汤面	肉丝80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝拌面	肉丝80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝米线	肉丝80g，米线150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
美味小馄饨（小碗）	馄饨皮15张，猪肉馅80g，鸡汤200ml，紫菜、虾皮少许，盐、香油等调料少许	8 元
美味小馄饨（大碗）	馄饨皮20张，猪肉馅100g，鸡汤200ml，紫菜、虾皮少许，盐、香油等调料少许	10元
素（牛骨汤）粉丝/面/米线/河粉	粉丝/面/米线/河粉150g，牛骨汤300ml，蔬菜，豆腐丝，青菜各30-50g，盐等调料少许	8 元
盐饼	面粉200g，酵母2g，温水100ml，油、盐、芝麻少许	1.5 元
卤蛋	鸡蛋1个，卤料适量，调味料少许	1.5 元
香蛋	鸡蛋1个，香油适量，调味料少许	3 元
卤干	豆干1块，卤料适量，调味料少许	0.5元

泡椒鸡

品名	重量（g）	价格
泡泡鸡	鸡腿肉（切块）150 - 200 克，配菜（如土豆、年糕、蔬菜等）共 100 - 150 克，秘制泡椒酱 80 - 100 克，高汤 / 清水 300 - 400 毫升	13 元
泡泡牛肉	牛肉片（牛里脊等部位）150 - 180 克，配菜（如腰豆、豆腐、蔬菜等）共 100 - 150 克，秘制泡椒酱 80 - 100 克，高汤 / 清水 300 - 400 毫升	14 元
泡泡肉排	猪肉排 / 牛排（纯瘦部位）1 块（约 150 - 200 克），配菜（如土豆、胡萝卜、青兰豆等）共 100 - 150 克，秘制泡椒酱 80 - 100 克，高汤 / 清水 300 - 400 毫升	13 元
泡泡里脊	猪里脊肉（切片 / 条）150 - 200 克，配菜（如豆芽、洋葱、豆苗等）共 100 - 150 克，秘制泡椒酱 80 - 100 克，高汤 / 清水 300 - 400 毫升	13 元
泡泡香薯	鸡肉薯 / 猪肉薯 150 - 200 克，配菜（如蔬菜、玉米、青豆等）共 100 - 150 克，秘制泡椒酱 80 - 100 克，高汤 / 清水 300 - 400 毫升	13 元
招牌肉丸粉	肉丸80g，粉丝150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丸河粉	肉丸80g，河粉150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丸汤面	肉丸80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丸拌面	肉丸80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丸米线	肉丸80g，米线150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝粉丝	肉丝80g，粉丝150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝河粉	肉丝80g，河粉150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝汤面	肉丝80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝拌面	肉丝80g，面150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
招牌肉丝米线	肉丝80g，米线150g，牛骨汤300ml，青菜50g，盐、生抽等调料少许	12元
美味小馄饨（大碗）	馄饨皮20张，猪肉馅100g，鸡汤200ml，紫菜、虾皮少许，盐、香油等调料少许	10元
素（牛骨汤）粉丝/面/米线/河粉	粉丝/面/米线/河粉150g，牛骨汤300ml，蔬菜，豆腐丝，青菜各30-50g，盐等调料少许	8 元
盐饼	面粉200g，酵母2g，温水100ml，油、盐、芝麻少许	1.5 元
卤蛋	鸡蛋1个，卤料适量，调味料少许	1.5 元
香蛋	鸡蛋1个，香油适量，调味料少许	3 元
卤干	豆干1块，卤料适量，调味料少许	0.5元

饺嘴饭

品名	重量（g）	价格
饺嘴三鲜	虾仁 5 - 6 只、鲜贝肉片 50g、鱿鱼 4 - 5 个、腰花（如鸡杂、本耳、金蘑菇等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	12 元
饺嘴鸡	鸡腿肉（切块）150 - 200g，配菜（如腰豆、土豆、青椒等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	13 元
饺嘴肉	猪里脊肉（切薄片，用淀粉等上浆）150 - 180g，配菜（如豆芽、本耳、黄瓜等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	13 元
饺嘴鸡排	鸡腿（翻刻部位）150 - 200g，配菜（如洋葱、蒜苗、青红椒等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	13 元
饺嘴牛肉	牛肉片（牛里脊等部位）150 - 180g，配菜（如洋葱、胡萝卜、莴笋等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	14 元
饺嘴三鲜	虾仁 5 - 6 只、鲜贝肉片 50g、鱿鱼 4 - 5 个、腰花（如鸡杂、本耳、金蘑菇等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	12 元
饺嘴鸡	鸡腿肉（切块）150 - 200g，配菜（如腰豆、土豆、青椒等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	13 元
饺嘴肉	猪里脊肉（切薄片，用淀粉等上浆）150 - 180g，配菜（如豆芽、本耳、黄瓜等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	13 元
饺嘴鸡排	鸡腿（翻刻部位）150 - 200g，配菜（如洋葱、蒜苗、青红椒等）共 100 - 120g，饺嘴秘制酱 80 - 100g，高汤 / 清水 300 - 400ml	13 元
任豆肉末面	任豆肉末（绞碎）80 - 100 克，配菜（如本耳、黄瓜、笋片等）共 100 - 150 克，秘制泡椒酱 80 - 100 克，高汤 / 清水 300 - 400 毫升	15 元
毛毛虫面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，任豆粉 40 - 50 克，奶酪片 / 粒 20 - 30 克	6元
蓝莓面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，蓝莓果酱 40 - 50 克，蜜柑蓝莓 10 - 15 克	6元
校校卷	面粉拌：鸡蛋 3 个，低筋面粉 50 克，白砂糖 50 克，牛奶 / 水适量；沙拉酱 30 - 40 克，肉松 60 - 70 克	6元
芝士肉松	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，芝士片 / 粒 30 - 40 克，肉松 40 - 50 克	6元
甜甜圈	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 20 克，黄油 15 克；象油（用于油炸）适量；巧克力豆 / 糖豆（装饰）20 克	6元
巧克力雪梨面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，巧克力酱 40 - 50 克，巧克力豆 20 - 30 克	6元
洋烧吐司	吐司片 2 片，奶酪酱（奶油奶酪）50 克，牛奶 20 毫升，白砂糖 10 克（选选），肉松 15 - 20 克，菊花虾 5 - 8 克	6元
黑麦面包	面包胚 1 个（约 80 - 100 克），猪肩（腌制后麻辣）约 100 - 120 克）、生菜叶 2 - 3 片、香菇叶 2 - 3 片、沙拉酱 15 - 20 克	6元
鲜肉四子面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，鲜肉馅（猪肉为主，约 80 - 100 克，加黑麦香调料）	6元
丹麦披萨	丹麦面包胚（约 120 - 150 克）、披萨酱 30 - 40 克、马苏里拉芝士 50 - 60 克、火腿片 / 培根片 30 - 40 克、蔬菜（如彩椒、洋葱）30 - 40 克	8元
三明治	吐司片 2 片、番茄 1 个、火腿片 2 - 3 片、生菜叶 2 - 3 片、香菇叶 2 - 3 片、沙拉酱 15 - 20 克	8元
鸡排面包	面包胚 1 个（约 80 - 100 克）、鸡腿（腌制后麻辣）约 120 - 150 克）、生菜叶 2 - 3 片、香菇片 2 - 3 片、沙拉酱 15 - 20 克	10元
披萨	披萨面饼 1 个（约 150 - 200 克）、披萨酱 40 - 50 克、马苏里拉芝士 60 - 80 克、肉类（如萨拉米、培根）共 50 - 60 克）、蔬菜（如蘑菇、黄椒、	10元

烘焙

品名	重量（g）	价格
蛋挞	蛋挞皮 1 个（约 25 - 30 克）；蛋挞液：牛奶 40 - 70 毫升，淡奶油 40 - 50 毫升，蛋黄 2 个（约 20 克），白砂糖 15 - 20 克，低筋面粉 5 - 8 克	3 元
巧克力麻薯	麻薯预拌粉 100 克，牛奶 / 水 70 - 80 毫升，黄油 15 - 20 克，巧克力豆 15 - 20 克	3 元
芝士面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，芝士片 / 粒 30 - 40 克	3 元
肉松小贝	面包胚：鸡蛋 2 个，低筋面粉 40 克，白砂糖 40 克，牛奶 30 毫升；沙拉酱 30 - 40 克，肉松 50 - 60 克	3 元
肠香片	法棍切片（约 1cm 厚）2 - 3 片，黄油 30 - 40 克，蜂蜜 15 - 20 克，牛奶 20 - 30 毫升，白砂糖 10 - 15 克	4 元
巨沙鲁风	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，巨沙酱 50 - 60 克	6元
巧克力荷芬	低筋面粉 100 克，可可粉 10 - 15 克，鸡蛋 1 个，牛奶 60 - 70 毫升，白砂糖 50 克，黄油 50 克，巧克力豆 20 克	5 元
任豆奶酪面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，任豆粉 40 - 50 克，奶酪片 / 粒 20 - 30 克	6元
毛毛虫面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，巧克力酱 / 卡仕达酱 30 - 40 克	6元
蓝莓面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，蓝莓果酱 40 - 50 克，蜜柑蓝莓 10 - 15 克	6元
校校卷	面包胚：鸡蛋 3 个，低筋面粉 50 克，白砂糖 50 克，牛奶 / 水适量；沙拉酱 30 - 40 克，肉松 60 - 70 克	6元
芝士肉松	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，芝士片 / 粒 30 - 40 克，肉松 40 - 50 克	6元
甜甜圈	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 20 克，黄油 15 克；象油（用于油炸）适量；巧克力豆 / 糖豆（装饰）20 克	6元
巧克力雪梨面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，巧克力酱 40 - 50 克，巧克力豆 20 - 30 克	6元
洋烧吐司	吐司片 2 片，奶酪酱（奶油奶酪）50 克，牛奶 20 毫升，白砂糖 10 克（选选），肉松 15 - 20 克，菊花虾 5 - 8 克	6元
黑麦面包	面包胚 1 个（约 80 - 100 克）、猪肩（腌制后麻辣）约 100 - 120 克）、生菜叶 2 - 3 片、香菇叶 2 - 3 片、沙拉酱 15 - 20 克	6元
鲜肉四子面包	品脑面粉 150 克，牛奶 / 水 80 - 90 毫升，鲜蛋 2 克，白砂糖 15 克，黄油 15 克，鲜肉馅（猪肉为主，约 80 - 100 克，加黑麦香调料）	6元
丹麦披萨	丹麦面包胚（约 120 - 150 克）、披萨酱 30 - 40 克、马苏里拉芝士 50 - 60 克、火腿片 / 培根片 30 - 40 克、蔬菜（如彩椒、洋葱）30 - 40 克	8元
三明治	吐司片 2 片、番茄 1 个、火腿片 2 - 3 片、生菜叶 2 - 3 片、香菇叶 2 - 3 片、沙拉酱 15 - 20 克	8元
鸡排面包	面包胚 1 个（约 80 - 100 克）、鸡腿（腌制后麻辣）约 120 - 150 克）、生菜叶 2 - 3 片、香菇片 2 - 3 片、沙拉酱 15 - 20 克	10元
披萨	披萨面饼 1 个（约 150 - 200 克）、披萨酱 40 - 50 克、马苏里拉芝士 60 - 80 克、肉类（如萨拉米、培根）共 50 - 60 克）、蔬菜（如蘑菇、黄椒、	10元

广式烧腊

品名	重量（g）	价格
小份烧鸭饭	烧鸭肉（翻倍后）80 - 100 克，米饭 150 克，配菜（如南瓜条、葱段）共 50 - 60 克，甜面酱 / 鸭酱 20 - 30 克	12 元
蜜味香酥饭	蜜味（切片）50 - 60 克，蜜肉（切片）30 - 40 克，米饭 150 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克，高汤 / 清水 / 蜜味调汁 10 - 15 克	15 元
五香酥蜜饭	五香酥蜜（切小块）100 - 120 克，米饭 150 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 蜜味调汁 10 - 15 克	15 元
秘制叉烧饭	叉烧肉（切薄片）80 - 100 克，米饭 150 克，青菜 30 - 40 克，叉烧酱 15 - 20 克	15 元
鱼皮五花肉	鱼皮五花肉（切小块）80 - 100 克，米饭 150 克，配菜 / 主菜蒸鱼配菜 50 - 60 克，蒸料（如酱蒜、甜椒酱）10 - 15 克	15 元
鱼皮烤鸭饭	烤鸭肉（翻倍后）80 - 100 克，米饭 150 克，配菜（如南瓜条、葱段）共 50 - 60 克，甜面酱 / 鸭酱 20 - 30 克	15 元
鱼皮烤鸭饭烧烤海鲜	烧烤鸭肉（翻倍后）80 - 100 克，米饭 150 克，配菜（如南瓜条、葱段）共 50 - 60 克，甜面酱 / 鸭酱 20 - 30 克	15 元
手动鸭腿饭	鸭腿（卤制或烤制后，切半）1 个（约 120 - 150 克），米饭 150 克，青菜 30 - 40 克，卤汁 / 调味汁 15 - 20 克	15 元
荷香叶花鸡饭	叶花鸡肉（腌渍）80 - 100 克，米饭 150 克，荷叶（装饰，用蒸鱼笼气）1 张，青菜 30 - 40 克，蒸料（如酱蒜）10 - 15 克	15 元
鸡蛋包肉酱	鸡蛋卷（2 个鸡蛋液，约 100 毫升）、肉酱（如香酥、鸡肉酱、切小段）50 - 60 克，米饭（可加入蔬菜配）150 克，香菜酱 / 沙拉酱 10 - 15 克	5元

西餐

品名	重量（g）	价格
浓香咖喱鸡排饭	鸡排肉 100 - 120 克），米饭 150 克，咖喱块 / 酱 80 - 100 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升	13 元
浓香咖喱鸡排饭	猪肉排 100 - 120 克），米饭 150 克，咖喱块 / 酱 80 - 100 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升	15 元
浓香咖喱烤肉饭	烤肉 肉（切一 - 120 克），米饭 150 克，咖喱块 / 酱 80 - 100 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升	15 元
浓香咖喱牛肉饭	牛肉片 100 - 120 克），米饭 150 克，咖喱块 / 酱 80 - 100 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升	15 元
浓香咖喱鸡肉饭	鸡肉100 - 120 克），米饭 150 克，咖喱块 / 酱 80 - 100 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升	15 元
浓香咖喱烧烤海鲜	烧烤鸭肉 100 - 120 克），米饭 150 克，咖喱块 / 酱 80 - 100 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等）共 100 - 120 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升，烧烤盐 5 - 8 克	15 元
香茄鸡排饭	鸡排肉 100 - 120 克），米饭 150 克，香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、葱等调味少许	14 元
香茄猪排饭	猪排肉 100 - 120 克），米饭 150 克，香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、葱等调味少许	15 元
香茄猪排饭	猪排肉 100 - 120 克），米饭 150 克，香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、葱等调味少许	15 元
香茄鸡排饭烧烤海鲜	烧烤鸭肉 100 - 120 克），米饭 150 克，香茄（或香茄酱汁）120 - 150 克，配菜（如土豆、青椒等，共 80 - 100 克），烧烤盐 8 - 10 克，盐、葱等调味少许	14 元
香茄面	豆面 120 - 150 克，香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、黑胡椒等调味少许	10 元
香茄鸡排豆面	豆面 120 - 150 克，鸡排肉 80 - 100 克），香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、黑胡椒等调味少许	14 元
香茄猪排豆面	豆面 120 - 150 克，猪排肉 80 - 100 克），香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、黑胡椒等调味少许	15 元
香茄烤鸭豆面	豆面 120 - 150 克，烤鸭肉 80 - 100 克），香茄（或香茄酱汁）100 - 120 克，配菜（如南瓜条、玉米粒等，共 60 - 80 克），葱段 10 - 15 克，盐、黑胡椒等调味少许	14 元
咖喱鸡肉豆面	豆面 120 - 150 克，咖喱块 / 酱 60 - 80 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等，共 80 - 100 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升，蒸料（如酱蒜、甜椒酱）10 - 15 克，盐、黑胡椒等调味少许	14 元
咖喱牛肉豆面	豆面 120 - 150 克，牛肉片 80 - 100 克），咖喱块 / 酱 60 - 80 克，配菜（如土豆、胡萝卜、洋芋等，共 80 - 100 克），高汤 / 清水 / 高汤 300 - 400 毫升，蒸料（如酱蒜、甜椒酱）10 - 15 克，盐、黑胡椒等调味少许	15 元

麦多馅饼

品名	重量（g）	价格
香辣土豆馅饼	土豆（蒸熟压泥）100 克，辣椒粉 / 香辣酱 10 - 15 克，洋芫 / 胡荽 / 香菜 20 克，盐、胡椒粉各 3 - 5 克	4元
肉末豆腐馅饼	猪肉末 80 克，豆腐（碾碎）60 克，葱花 20 克，生抽 10 毫升，盐、料酒各 3 - 5 克	4元
金钟盆菜馅饼	金钟盆（切碎根本）80 克，辣椒粉 / 香辣酱 10 - 15 克，蒜末 10 克，盐、扶然粉各 3 - 5 克	4元
肉末豆角馅饼	猪肉末 80 克，豆角（切碎根本）60 克，蒜末 10 克，生抽 10 毫升，盐 3 - 5 克	5元
梅干菜扣肉馅饼	梅干菜（泡发切碎）50 克，猪肉末 20 克，生抽 10 毫升，糖 5 - 8 克，食用油 10 毫升	5元
雪菜肉丝馅饼	猪肉丝 80 克，本耳（泡发切碎）30 克，胡萝卜（切碎）30 克，鱼香蒜汁（生抽、醋、糖等调制）20 - 30 毫升	5元
茶香豆腐馅饼	豆腐（切碎）60 克，芝士碎 40 克，洋葱（切碎）30 克，黑胡椒 3 - 5 克	5元
鱼香茄子馅饼	茄子（切碎剁泥）100 克，豆瓣酱 10 - 15 克，蒜末 10 克，生抽 10 毫升，糖 5 - 8 克	5元
蒜香鸡翅饼 / 汤面	鸡翅肉（切碎剁泥，加蒜瓣蒸）100 克，青椒（切碎）30 克，盐 3 - 5 克	6元
家家小炒肉饼 / 汤面	猪肉（切碎）80 克，麻辣酱 15 - 20 克，豆豉（切碎根本）30 克，蒜泥 20 克	6元
可乐鸡饼 / 汤面	鸡肉（切碎）80 克，麻辣酱 15 - 20 克，豆豉（切碎根本）30 克，蒜泥 20 克	6元
香辣鱼肉馅饼	鱼肉（切碎根本）80 克，辣椒粉 / 香辣酱 15 - 20 克，洋芫 / 胡荽 / 香菜 20 克，扶然粉 5 - 8 克	6元
虎鸡肉丝饼 / 汤面	虎鸡肉（切碎）100 克，虎汁 15 - 20 毫升，青椒（切碎）30 克	7元
红烧牛肉饼 / 汤面	牛肉（切碎）100 克，虎汁 15 - 20 毫升，青椒（切碎）30 克	7元
香辣大排饼 / 汤面	猪肉大排馅饼 / 汤面	7元
花干	花干	7元
肉鸡蛋	肉鸡蛋（可根据内馅灵活调整，以宜见层次为佳）肉饼 / 鸡肉饼 80 克，生菜 / 海苔等适量共 50 克，蒜料（如蒜蓉酱、沙拉酱）20 - 30 克	7元
黑椒牛肉馅饼	牛肉末 80 克，黑胡椒酱 15 - 20 克，洋芫（切碎）30 克，芝士碎 30 克（可选）	8元

阿郡仔面条

品名	重量（g）	价格
高汤西红柿鸡蛋拌 / 汤面	面条 200、高汤 30、西红柿 30、鸡蛋 30	10 元
土豆肉丝拌 / 汤面	面条 200、土豆 50、猪肉丝 20	10 元
辣子鸡丁拌 / 汤面	面条 200、鸡肉丁 30、辣椒 20	11 元
鱼香肉丝拌 / 汤面	面条 200、猪肉丝 20、木耳等配菜 30	11 元
蒜香鸡翅拌 / 汤面	面条 120、土豆 30、金蒜（肉末 + 蒜料）30	12 元
雪菜肉丝拌 / 汤面	面条 200、雪菜 30、猪肉丝 20	11 元
炝糖鸡杂拌 / 汤面	面条 200、鸡杂 30、炝糖 20	12 元
蒜香鸡翅拌 / 汤面	面条 200、鸡翅肉 50、蒜料 20	12 元
家家小炒肉拌 / 汤面	面条 200、猪肉 30、辣椒等配菜 30	12 元
蒜翅鸡翅拌 / 汤面	鸡翅肉（切碎剁泥，加蒜瓣蒸）100 克，青椒（切碎）30 克，盐 3 - 5 克	6元
可乐鸡拌 / 汤面	面条 200、鸡肉 30、可乐豆调料 20	13 元
虎鸡肉丝拌 / 汤面	面条 200、虎肉丝 30、特色蒜料 20	13 元
红烧牛肉拌 / 汤面	面条 200、牛肉 40、红烧料 20	13元
香辣大排拌 / 汤面	面条 200、猪大排 50、香辣料 20	13元
花干	花干 30	1.5 元
肉鸡蛋	鸡蛋 50	1.5 元
黑椒牛肉馅饼	牛肉末 80 克，黑胡椒酱 15 - 20 克，洋芫（切碎）30 克，芝士碎 30 克（可选）	8元

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