

合肥一中食堂每周菜谱

淝河校区优美得餐厅

合肥一中优美得餐厅菜单 (1月12日--1月16日)																
类别	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	
	平包紫菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	豆皮包	馅料30, 面粉40	1.2元	梅干菜包	馅料30, 面粉40	1.5元	鱼香肉丝包	馅料30, 面粉40	1.5元	香菇青菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	
	梅干菜包	馅料30, 面粉40	1.5元	鱼香肉丝包	馅料30, 面粉40	1.5元	豆皮包	馅料30, 面粉40	1.2元	香肠青菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	梅干菜包	馅料30, 面粉40	1.5元	
	红糖肉松卷	红糖肉松30, 面粉30	2.5元	红糖肉松卷	红糖肉松30, 面粉30	2.5元	红糖肉松卷	红糖肉松30, 面粉30	2.5元	烧麦	精米50, 面皮10	1.0元	烧麦	精米50, 面皮10	0.5元	
	豆沙椰蓉卷	豆沙椰蓉20	2.5元	烧麦	精米50, 面皮10	1.0元	烧麦	精米50, 面皮10	0.5元	紫薯小笼卷	紫薯小米30	3.0元	紫薯小笼卷	紫薯小米30	3.0元	
	青椒鸡蛋发面饼	青椒鸡蛋30, 面粉20	3.0元	鸡蛋饼	鸡蛋10, 面粉30	1.0元	鸡蛋饼	鸡蛋10, 面粉30	1.0元	肉松芝士卷	肉松芝士30	4.0元	肉松芝士卷	肉松芝士30	4.0元	
	鸡蛋饼	鸡蛋20, 面粉20	1.0元	煎饺	玉米肉20, 馄饨10	1.0元/3个	煎饺	玉米15, 面15	1.0元/3个	煎饺	玉米15, 面15	1.0元/3个	煎饺	玉米15, 面15	1.0元/3个	
	香煎蛋盒	馅料30, 面粉20	3.0元	土豆丝卷	土豆丝20, 面饼10	3.0元	香煎蛋盒	蛋馅20, 面皮10	3.0元	土豆丝卷	土豆丝20, 面粉20	3.0元	香煎蛋盒	蛋馅20, 面皮10	3.0元	
	煎饺	肉15, 面15	1.0元/3个	青椒鸡蛋饼	青椒鸡蛋20, 面粉20	3.0元	原味蛋糕	鸡蛋10, 面粉30	2.5元	煎前菜盒	菜馅20, 面皮10	3.0元	鸡蛋饼	鸡蛋蔬菜30, 面粉20	1.0元	
	糕糕	糯米20	1.5元	三明治	吐司30, 火腿鸡蛋20	4.0元	糕糕	糯米80	1.5元	油条	面粉30	2.0元	糕糕芝士吐司	糕糕芝士吐司20	4.0元	
	南瓜豆沙包	南瓜豆沙20	2.5元	焦糖吐司	吐司20, 豆沙馅料30	4.0元	油条	面粉30	2.0元	三明治	吐司10, 火腿火腿20	4.0元	糕糕	糕糕火腿20, 面粉15	2.5元	
	春卷	馅30, 面粉30	1.5元	豆沙椰蓉卷	豆沙椰蓉20	2.5元	奶香吐司黑米糕	奶香吐司黑米20	4.0元	鸡蛋韭菜盒子	鸡蛋韭菜20, 面粉10	3.0元	鸡蛋饼	面粉200, 肉100	6元/笼	
	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	
	南瓜饼	南瓜20, 面粉20	1.5元	炸南瓜饼	南瓜15, 面粉50	1.5元	蛋挞	蛋挞液20, 蛋挞皮20	3.0元	南瓜饼	南瓜15, 面粉50	1.5元	春卷	馅料30, 面粉30	1.5元	
	饭团	紫米饭30, 蛋条小菜10	5.0元	糕糕	糯米20	1.5元	鸡蛋火腿饼	鸡蛋火腿20, 面饼15	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋15, 面粉30	1.0元	梅干菜饼	梅干菜20, 面饼20	3.0元	
	粢贴	粢贴皮0.5, 糍贴渣7.5	3.0元	粢贴	粢贴皮0.5, 糍贴渣7.5	3.0元	粢贴芝士吐司	粢贴芝士吐司20	4.0元	梅干菜饼	梅干菜20, 面饼20	3.0元	糕糕	糯米30	1.5元	
	玉米	玉米70	2.0元	鸡蛋火腿饼	鸡蛋火腿20, 饼皮15	2.5元	玉米	玉米70	2.0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	玉米	玉米70	2.0元	山芋	山芋60	1.5元	玉米	玉米70	2.0元	山芋	山芋60	1.5元	
	卤蛋, 白煮蛋	卤蛋60	1.5元	山芋	山芋60	1.5元	卤蛋	卤蛋60	1.5元	山芋	山芋60	1.5元	卤蛋	卤蛋60	1.5元	
	绿豆粥	免费	卤蛋, 白煮蛋	卤蛋60	1.5元	麻片	免费	白煮蛋, 卤蛋	卤蛋60	1.5元	玉米粥	玉米粥	免费	玉米粥	玉米粥	免费
	饼糊汤	免费	玉米杂粮粥	免费	饼糊汤	免费	饼糊汤	免费	饼糊汤	免费	饼糊汤	免费	饼糊汤	免费	饼糊汤	免费
中餐	热拌云丝	云丝150g	1.0元	麒麟海带丝	海带丝130g, 胡萝卜10g, 青椒10	1.0元	大白菜豆腐	大白菜 100g豆腐 50	1.0元	蒜香豆腐	豆腐140g, 大蒜10g	1.0元	青椒绿豆芽	青椒50g绿豆芽100g	1.5元	
	炒炒豆芽	青椒40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.5元	鸡汤纯银根	白萝卜160g	1.5元	韭菜豆芽炒粉丝	韭菜10粉丝60g黄豆芽90g	1.5元	韭菜包菜炒粉丝	韭菜10, 包菜100g粉丝40g	1.5元	三色包菜丝	胡萝卜20g 包菜丝100g 青椒丝30g	1.0元	
	小葱熬鸡蛋	韭菜10g鸡蛋140g	3.0元	油煎鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	火腿木樨炒鸡蛋	火腿60g木耳30g鸡蛋60g	5.0元	火腿炒蛋	火腿20g鸡蛋130g	3.5元	斑风烧大虾	斑风烧10g烧大虾100g	6.0元	
	水煮鱼片	有利120g垫菜30g	6.0元	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜10g牛羊肉70g	6.0元	红烧鲤鱼	鲤鱼150g	6.0元	奥尔良烧鸡	三行烧鸡150g	6.0元	回锅肉片	青椒25g蕃茄20g洋葱20g肉片85g	6.0元	
	黄焖排骨	排骨100g土豆30g香菇50g	6.0元	土豆排	土豆70g排骨80g	6.0元	梅干菜烧肉	梅干菜50g土豆100g	6.0元	红烧大排片	大排120g	6.0元	土豆片	土豆90g牛腩60g	6.0元	
	糖醋里脊	黄瓜50g肉丝100g	6.0元	炸丸子	肉丸100g	6.0元	糖醋里脊	糖醋里脊50g肉丝30g	6.0元	腰果肉圆	肉圆100g, 肉10g, 青菜40	6.0元	水煮鱼片	姜菜50g鱼片100g	6.0元	
	口水鸡	三黄鸡150g	6.0元	津味炒五花肉	津味白菜50g肉丝30g	6.0元	糖醋里脊	糖醋里脊50g, 肉100g	6.0元	洋葱回锅肉	五花肉100g, 蒜干30g, 洋葱20	6.0元	老豆腐烧肉	老豆腐70g 肉80g	6.0元	
	火腿豆干炒蛋	火腿60g 木耳60g鸡蛋30g	5.0元	干煸土豆片	青椒10g土豆120g肉20g	4.5元	青椒干豆炒肉片	青椒60g, 干豆60g肉片30g	4.5元	麻辣肚片	利和鱼120g垫菜30g	6.0元	西红柿炒蛋	西红柿50g鸡蛋30g	4元	
	家常豆腐	豆腐90g高粱20g胡萝卜10g肉30	4.5元	青菜炒千张	青菜130g千张20g	3.0元	蒜苗香芹炒肉丝	香芹90g蒜苗40g肉丝20g	4.5元	肉沫土豆片	土豆片220g 青苔10g 肉沫20g	4.5元	小炒藕条	藕120g肉10g青椒20	4.5元	
	高汤炒肉片	排骨60g高粱60g肉30g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g肉片30g	4.5元	青萝卜炒排骨	青萝卜60g肉片30g	6.0元	宫爆鸡丁	花生半50g高粱10g土豆60g, 肉30g	5.0元	干锅鸡翅干	红烧20g蒜50g 鸡腿50g 肉丝30	4.5元	
	小炒粉条	藕200g10g猪瘦肉20g	4.5元	红烧肉片	红烧肉20g	6.0元	番茄炒肉丝	番茄20g粉丝100g肉丝30g	4.5元	鸡汁烧鱼	鸡汁150g	3.0元	青豆肉丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元	
	土豆肉丝	土豆130g肉丝20g	3.0元	芹菜90g	芹菜10g胡萝卜20g肉丝30g	4.5元	高粱木耳肉片	高粱90g木耳30g肉片30g	4.5元	青苔炒青菜	青苔130g番茄20g	3.0元	溜丸子	溜丸子60g	6.0元	
	肉沫土豆片	土豆130g内20g	4.5元	木耳肉片	高粱60g木耳30g蚕豆10g肉片30	4.5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	仔鸡150g	仔鸡 80g 肉丝30g	6.0元	
	番茄炒蛋	免费	紫菜蛋汤	免费	紫菜蛋汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费
晚餐	炒炒萝卜丝	白萝卜150g	1.0元	青椒海带丝	海带丝80g胡萝卜10g青椒丝40	1.0元	琥珀冬瓜	冬瓜150g	1.0元	炒身萝卜	萝卜150g	1.0元	炒炒肉块	青椒20g洋葱30g肉片100g	6.0元	
	小鸡块粉皮	鸡肉120g粉皮30g	6.0元	洋葱回锅肉	肉120g洋葱30g	6.0元	肉沫粉丝	粉丝120g肉沫30g	4.5元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿100g	6.0元	水煮鱼片	桂娃菜25g豆芽20g干豆20g草鱼65g	6.0元	
	杭椒小炒肉	仔仔120g杭椒30g	6.0元	腐竹烧肉	腐竹10g肉100g	6.0元	米粉粗根	米粉50g粗根100g	6.0元	土豆烧肉	土豆60g 肉90g	6.0元	土豆烧肉	土豆60g 肉90g	6.0元	
	糖醋里脊	里脊肉90g肉丝60g	6.0元	烧鸡土豆	三黄鸡90g土豆60g	6.0元	香辣腿排	腿排120g	6.0元	肉圆烧肉	肉圆100g鸡蛋50g	6.0元	酸辣海带丝	海带丝150g	2.0元	
	特色烧鸭	白条150g	6.0元	火腿木耳炒蛋	火腿60g木耳30g鸡蛋60g	5.0元	巨角千叶丝	豆角60g千叶丝70g肉丝20g	4.5元	蒜蓉排骨	排骨130g 肉20g	6.0元	烧带烧肉	烧带70g 肉80g	6.0元	
	地瓜炒木耳	地瓜130g木耳20g	4.0元	肉末茄子	茄子140g肉末10g	4.5元	生瓜木耳炒蛋	生瓜60g鸡蛋60g木耳30g	4.0元	香烧鸡丁	毛肚肉100g 洋葱30g土豆20g	6.0元	西红柿烧鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4元	
	西红柿炒蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	年糕烧排骨	鲜小排90g年糕60g	6.0元	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	豆角青椒	豆角80g 茄子40g 内丝30g	4.5元	虎皮青椒	青椒120g 内丝30g	4.5元	
	肉末茄子	茄子110g内末40g	4.5元	干锅土豆片	土豆130g肉片20g	3.5元	地瓜烧	土豆50g茄子60g豆芽20g肉丝30g	4.5元	香烧粗根	粗根120g	6.0元	芹菜炒干丝	芹菜100g 香干50g	4.0元	
	前腿土豆丝	土豆丝130g钟腿20g	2.5元	蒜苗炒鸡丁	鸡丁100g蒜苗40g红椒10g	6.0元	干荷花茎	荷花90g 肉丝30g青椒30g	4.5元	火腿水煮粉条	桂娃菜100g火腿30g粉条20g	4.5元	磨豆土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元	
	红烧豆腐	豆腐150g	2.0元	芹菜炒干丝	芹菜90g干丝30g肉丝30g	4.5元	青椒土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5元	绿豆芽粉条炒蛋	绿豆芽60g白粉丝50g鸡蛋40	4.0元	蒜泥上海青	青菜150g	3.0元	
	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	肉沫粉丝	粉丝120g肉沫30g	6.0元	蒜泥生菜	生菜150g	3.0元	清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	虫草老菜汤	虫草150g 萝卜20g 包菜丝100g 青椒丝30g	1.0元	
	香椿青菜	青菜150g香菇10g	3.0元	清炒乌鸡菜	乌鸡150g	3.0元	香椿小炒鸡	三黄仔120g杭椒30g	6.0元	酸钟土豆丝	土豆150 肉丝30g	2.5元	三色老菜丝	胡萝卜20g 包菜丝100g 青椒丝30g	1.0元	
	土豆烧肉	土豆150g肉70g	6.0元	火爆猪肝	洋葱20g猪肝120g猪蹄10g	5.0元	素鸡烧肉	素鸡70g肉丝90g	6.0元	蕊鸭块	白条鸭150g	6.0元	白灼鸡杂汤	白灼100g 香干50g	免费	
	苦菊老鸡汤	免费	紫菜蛋汤	免费	紫菜蛋汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费	肉沫豆腐汤	免费

长江路校区优美得餐厅

合肥一中优美得餐厅菜单 (1月12日—1月16日)															
类别	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	馒头	面粉60g	0.5元	馒头	面粉60g	0.5元	馒头	面粉60g	0.5元	馒头	面粉60g	0.5元	紫薯馒头	紫薯10g, 面粉60g	0.5元
	蒸饺	面粉15g, 盐15g	1.0元/2个	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	蒸饺	面粉15g, 盐15g	1.0元/2个	蒸饺	面粉15g, 盐15g	1.0元/2个	蒸饺	面粉15g, 盐15g	1.0元/2个
	烧麦	面粉10g, 榨菜馅40g	1.0元	烧麦	面粉10g, 榨菜馅40g	1.0元	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	烧麦	面粉10g, 榨菜馅40g	1.0元
	小肉包	肉15g, 面粉20g	1.0元	小肉包	肉15g, 面粉20g	1.0元	烧麦	面粉15g, 榨菜馅40g	1.0元	小肉包	肉15g, 面粉20g	1.0元	小肉包	肉15g, 面粉20g	1.0元
	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	肉馅饼	肉15g, 面粉20g	1.0元/2个	烧麦	面粉15g, 榨菜馅40g	1.0元	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元
	锅贴饼	肉馅20g, 面20	1.5元/2个	纸包	馅料20g, 面粉30g	1.5元	锅贴饼	肉馅20g, 面20	1.5元/2个	锅贴饼	肉馅20g, 面20	1.5元/2个	锅贴饼	肉馅20g, 面20	1.5元/2个
	豆腐粉丝包	肉沫豆腐丝30g, 面粉40g	1.5元	咸豆角肉包	肉沫咸豆角30g, 面粉40g	1.5元	豆角肉末蛋包	肉沫豆角蛋30g, 面粉40g	1.5元	锅贴饼	肉馅20g, 面20	1.5元/2个	咸豆角肉包	肉沫咸豆角30g, 面粉40g	1.5元
	肉饼	肉30g, 面粉40g	1.5元	肉饼	肉30g, 面粉40g	1.5元	肉饼	肉30g, 面粉40g	1.5元	肉饼	肉30g, 面粉40g	1.5元	肉饼	肉30g, 面粉40g	1.5元
	豆浆	豆浆10g, 面粉60g	1.5元	豆浆卷	豆浆10g, 面粉60g	1.5元	花卷	面粉60g	1.5元	肉包	肉30g, 面粉40g	1.5元	火腿卷	火腿10g, 面粉60g	1.5元
	春卷	韭菜粉丝20g, 酱皮30g	1.5元	煎饼饼	面粉10g, 面粉20g	1.5元	米皮	面粉60g, 馅料30g	1.5元	纸皮包	馅料20g, 面粉30g	1.5元	酒酿饼	酒酿10g, 面粉30g	1.5元
	米饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	米饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	糍粑	糍粑60g	1.5元	米饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	米饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元
	糍糕	糯米60g	1.5元	糍糕	糯米80g	1.5元	狮子头	面粉50g	1.5元	糍糕	糍糕80g	1.5元	糍糕	糍糕80g	1.5元
	面点	面点60g	1.5元	面点	面点60g	1.5元	面点	面点60g	1.5元	面点	面点60g	1.5元	面点	面点60g	1.5元
	白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	香蛋	韭菜粉丝20g, 香蛋70g	1.5元	香蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	香蛋	韭菜粉丝20g, 香蛋70g	1.5元	香蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元
	玉米	玉米130g	2.0元	香蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70	1.5元	玉米	玉米130g	2.0元	香蛋	韭菜粉丝20g, 香蛋70g	1.5元	玉米	玉米130g	2.0元
	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	玉米	玉米130g	2.0元	糯米粑粑	糯米60g, 面粉30g	2.5元	玉米	玉米130g	2.0元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元
	烧饼饼	面粉60g	2.5元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	梅干菜肉饼	内沫梅干菜20g, 面粉40g	3.0元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	蛋挞	蛋挞皮9.6g, 蛋挞液7.6g	3.0元
	蛋挞	蛋挞皮9.6g, 蛋挞液7.6g	3.0元	大肉饼	土豆丝30g, 面粉50g	2.5元	蛋挞	蛋挞皮9.6g, 蛋挞液7.6g	3.0元	手抓饼	土豆丝30g, 手抓饼60g	3.0元	蛋挞	蛋挞皮9.6g, 蛋挞液7.6g	3.0元
	香酥肉饼	肉末50g, 面粉40g	3.0元	香酥肉饼	肉末50g, 面粉40g	3.0元	手抓饼	土豆丝30g, 手抓饼60g	3.0元	蛋挞	蛋挞皮9.6g, 蛋挞液7.6g	3.0元			
	蛋挞	蛋挞皮9.6g, 蛋挞液7.6g	3.0元												
午餐	白粥	免费		花生米粥	免费		玉米杂粮粥	免费		白米粥	免费		绿豆粥	免费	
	伴饭汤	免费		胡辣汤	免费		米线	免费		胡辣汤	免费		伴饭汤	免费	
	三色萝卜丝	胡萝卜150g	1.0元	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元	农家炒豆芽	豆芽150g	1.0元	姚姐冬瓜	冬瓜150g	1.0元	酸辣平包菜	平包菜150g	1.0元
	土豆牛腩	土豆牛腩150g	6元	湘式炒猪肝	青红杭椒80g, 洋葱30g, 猪肝70g	6元	香菇炒鸡	鸡块100g, 香菇50g	6元	蒜苗炒鸭肠	鸭肠70g, 蒜苗80g	6元	黄豆烧猪手	猪手80g, 黄豆70g	6元
	干煸辣子鸡	鸡肉150g	6元	手工四喜丸子	猪肉150g	6元	梅干菜扣肉	梅干菜60g, 肉片70g	6元	腊肉炒花鸡	鸡胸肉150g	6元	海带烧肉	海带70g, 烧肉80g	6元
	米粉蒸肉	米粉肉150g	6元	红烧梅菜	白条肉150g	6元	土豆烧肉工毛圈	前夹肉150g, 土豆150g	6元	梅菜扣肉	梅菜扣肉150g	6元	青梅烧里脊	手撕年糕70g, 里脊肉80g	6元
	娃娃菜蒸蛋皮	娃娃菜50g, 蛋皮150g	6元	腊味烧土豆	鸡块60g, 土豆100g	6元	萝卜烧排骨	萝卜100g, 排骨70g	6元	萝卜烧肉	萝卜150g, 烧肉80g	6元	口水鸡	三丝20g, 口水鸡150g	6元
	千张烧肉	千张烧50g, 花肉150g	6元	红烧鱼块	鱼块150g	6元	年糕烧年糕	年糕150g, 年糕70g	6元	红烧鱼块	白条肉150g	6元	腊盐鸽子花	腊盐鸽子150g	6元
	三色萝卜丝	小青菜150g	3元	青椒炒干椒	干辣椒10g, 小青菜140g	3元	香辣土豆片	香辣30g, 土豆片120g	3元	炒油麦菜	毛白菜150g	3元	青心炒平菇	青心130g, 平菇20g	3.5元
	干锅干豆泡	干贝豆腐130g, 肉片20g	4.5元	肉沫茄子	茄子110g, 肉沫40g	4.5元	蒜蓉炒肉丝	蒜蓉90g, 肉丝30g, 姜丝30g	4.5元	干锅花菜	干锅花菜100g, 肉丝40g, 肉片10g	4.5元	干锅花菜	花菜110g, 肉片40g	3元
	干锅花菜	花菜150g, 芹菜150g	4元	小葱蒸蛋	水蒸150g	3元	三河小炒	g青干+20g胡椒+20g水蒸20g	4.5元	家常豆腐	嫩豆腐150g, 豆腐20g, 肉片30g	4.5元	小炒干叶豆腐	干叶豆腐100g, 肉片20g, 肉片30g	4.5元
	青椒小炒肉	青椒60g, 芹菜20g, 香干20g, 肉片20g	4.5元	桂娃菜肉沫粉丝	桂娃菜80g, 粉丝30g, 肉末40g	4.5元	花菜肉片	花菜120g, 肉片30g	4.0元	青椒干丝	青椒100g, 干丝50g	4元	土芹炒肉丝	芹菜100g, 肉丝50g	4.5元
	木耳炒肉片	木耳30g, 肉片100g, 肉片20g	4.5元	豆角香干丝	豆角90g, 肉片40g, 肉丝30g	4.5元	香椿干丝	干丝100g, 肉片30g	4.5元	毛豆干丝	豆米30g, 土豆丝100g, 干丝30g	4.5元	肉粒烧豆角	萝卜100g, 肉片60g	4.5元
	韭菜炒鸡蛋	韭菜100g, 鸡蛋50g	4.5元	麻婆豆腐	豆腐120g, 肉末30g	3元	生瓜木耳炒肉片	生瓜100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元	肉粒烧韭菜	韭菜120g, 肉沫30g	4.5元	生瓜木耳炒肉片	生瓜100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元
	免费汤			平菇肉丝蛋汤	免费		金针菇蛋汤	免费		金针菇蛋汤	免费		免费汤	免费	
晚餐	三色萝卜丝	胡萝卜150g	1.0元	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元	农家炒豆芽	豆芽150g	1.0元	姚姐冬瓜	冬瓜150g	1.0元	酸辣平包菜	平包菜150g	1.0元
	土豆牛腩	土豆牛腩150g	6元	湘式炒猪肝	青红杭椒80g, 洋葱30g, 猪肝70g	6元	香菇炒鸡	鸡块100g, 香菇50g	6元	蒜苗炒鸭肠	鸭肠70g, 蒜苗80g	6元	黄豆烧猪手	猪手80g, 黄豆70g	6元
	干煸辣子鸡	鸡肉150g	6元	手工四喜丸子	猪肉150g	6元	梅干菜扣肉	梅干菜60g, 肉片70g	6元	腊肉炒花鸡	鸡胸肉150g	6元	海带烧肉	海带70g, 烧肉80g	6元
	米粉蒸肉	米粉肉150g	6元	红烧梅菜	白条肉150g	6元	土豆烧肉工毛圈	前夹肉150g, 土豆150g	6元	梅菜扣肉	梅菜扣肉150g	6元	青梅烧肉	青梅70g, 烧肉80g	6元
	娃娃菜蒸蛋皮	娃娃菜50g, 蛋皮150g	6元	腊味烧土豆	鸡块60g, 土豆100g	6元	萝卜烧排骨	萝卜100g, 排骨70g	6元	萝卜烧肉	萝卜150g, 烧肉80g	6元	口水鸡	三丝20g, 口水鸡150g	6元
	千张烧肉	千张烧50g, 花肉150g	6元	红烧鱼块	鱼块150g	6元	年糕烧年糕	年糕150g, 年糕70g	6元	红烧鱼块	白条肉150g	6元	腊盐鸽子花	腊盐鸽子150g	6元
	三色萝卜丝	小青菜150g	3元	青椒炒干椒	干辣椒10g, 小青菜140g	3元	香辣土豆片	香辣30g, 土豆片120g	3元	炒油麦菜	毛白菜150g	3元	青心炒平菇	青心130g, 平菇20g	3.5元
	干锅干豆泡	干贝豆腐130g, 肉片20g	4.5元	肉沫茄子	茄子110g, 肉末40g	4.5元	蒜蓉炒肉丝	蒜蓉90g, 肉丝30g, 姜丝30g	4.5元	干锅花菜	干锅花菜100g, 肉丝40g, 肉片10g	4.5元	干锅花菜	花菜110g, 肉片40g	3元
	干锅花菜	花菜150g, 芹菜150g	4元	小葱蒸蛋	水蒸150g	3元	三河小炒	g青干+20g胡椒+20g水蒸20g	4.5元	家常豆腐	嫩豆腐150g, 豆腐20g, 肉片30g	4.5元	小炒干叶豆腐	干叶豆腐100g, 肉片20g, 肉片30g	4.5元
	青椒小炒肉	青椒60g, 芹菜20g, 香干20g, 肉片20g	4.5元	桂娃菜肉沫粉丝	桂娃菜80g, 粉丝30g, 肉末40g	4.5元	花菜肉片	花菜120g, 肉片30g	4.0元	青椒干丝	青椒100g, 干丝50g	4元	土芹炒肉丝	芹菜100g, 肉丝50g	4.5元
	木耳炒肉片	木耳30g, 肉片100g, 肉片20g	4.5元	豆角香干丝	豆角80g, 肉片40g, 肉丝30g	4.5元	香椿干丝	干丝100g, 肉片30g	4.5元	毛豆干丝	豆米30g, 土豆丝100g, 干丝30g	4.5元	肉粒烧豆角	萝卜100g, 肉片60g	4.5元
	韭菜炒鸡蛋	韭菜100g, 鸡蛋50g	4.5元	麻婆豆腐	豆腐120g, 肉末30g	3元	生瓜木耳炒肉片	生瓜100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元	肉粒烧韭菜	韭菜120g, 肉沫30g	4.5元	生瓜木耳炒肉片	生瓜100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元
	免费汤			平菇肉丝蛋汤	免费		金针菇蛋汤	免费		金针菇蛋汤	免费		免费汤	免费	
花样	秀鸡汤面	14元		奥尔良烧鸡腿套餐			烤肉意面			烤肉意面			烤肉意面		
	奥尔良烧鸡腿面	14元		荷包蛋水饺			咖啡捞饭			咖啡捞饭			咖啡捞饭		
	咖啡捞饭	14元		酸菜鱼			牛仔火锅			牛仔火锅			牛仔火锅		
	部队火锅	14元		酸菜鱼									部队火锅		14元

玉兔餐厅

玉兔餐厅一周菜单(1-12-1-16)

鸿青餐厅

大佳一餐厅

千喜鹤餐厅



合肥瑶海一中千喜鹤餐厅带量菜单 (1月12日--1月16日)

品名				重量(g)	价格		
小组	牛肉汤饼(米线)	面条200克牛肉30克共计230克	14元	小组	品名	重量(g)	价格
	番茄肥牛汤面	面条200克番茄20克肥牛20克共计240克	13元		混沌大肠30个	混沌皮120克肉馅120克共计240克	10元
	饼子鸡汤面(米线)	面条200克鸡肉40克共计240克	12元		混沌小肠20个	混沌皮80克肉馅80克共计160克	8元
	板麻鸡丝汤面拌面(米线)	面条200克青椒5克鸡丝35克共计240克	12元		混沌加量40个	混沌皮160克肉馅160克共计320克	12元
	酸菜肉丝汤面拌面	面条200克酸菜20克肉丝20克共计240克	11元		荠菜猪肉馅饺子20个	饺子皮120克馅料160克共计280克	15元
	肉沫炸酱拌面	面条200克肉沫30克共计230克	12元		荠菜猪肉馅水饺16个	饺子皮196克馅料128克共计224克	12元
	番茄炒蛋汤面	面条200克番茄20克鸡蛋20克共计240克	9元		鲜肉包子	小笼包皮30克馅料60克共计90克	7.5元
	卤鸡蛋	鸡蛋60克	1.5元		香葱包子	小笼包皮30克馅料60克共计90克	7.5元
牛肉面	南昌牛肉拌粉	米粉200克牛肉30克共计230克	14元		芥菜猪肉蒸饺	饺子皮80克馅料180克共计260克	7.5元
	南昌烧肉拌粉	米粉200克鸡肉40克共计240克	12元	小组	品名	重量(g)	价格
	南昌板麻鸡丝拌粉	米粉200克青椒5克鸡丝35克共计240克	12元		素卷饼	面粉100克 肉80克 计180克	7元
	南昌肉沫炸酱拌粉	米粉200克肉沫30克共计230克	12元		里脊肉卷饼	面粉100克 里脊肉80克 计180克	9元
	油泼面	裤带面200克花生5克油30克共计215克	9元		招牌卤肉卷饼	面粉100克 里脊肉80克 肉80克 计260克	12元
	热干面	面条200克花生酱20克共计220克	9元		里脊	里脊30克	2.5元
	葱油拌面	面条200克	7元		鸡柳	鸡柳30克	2.5元
	品名	重量(g)	价格		卤肉	卤肉30克	5元
小组	牛丸小锅	壳金针菇50克粉丝100克方腿片2片15克牛丸50克	10元		照烧鸡腿饭	鸡腿50克青菜20克胡萝卜20克米饭150克共计240克	12元
	三鲜小锅	壳金针菇100克方腿片2片15克牛肉丸30克豆腐30克	11元		鸡柳扒饭	鸡柳30克青菜10克土豆20克胡萝卜20克米饭150克共计230克	12元
	鲜肉小锅	壳金针菇50克粉丝100克方腿片2片15克鲜肉50克	12元		卤肉米饭	肉30克青菜10克土豆20克胡萝卜20克米饭150克共计230克	13元
	酥肉小锅	壳金针菇50克粉丝100克方腿片2片15克酥肉50克	13元		香酥鸡排饭	肉30克青菜10克土豆20克胡萝卜20克米饭150克共计230克	12元
	香酥肉小锅	壳金针菇50克粉丝100克方腿片2片15克酥肉50克	13元		烤肉伴饭	烤肉50克青菜20克胡萝卜20克米饭150克共计240克	12元
	肉卷小锅	0克金针菇50克粉丝100克方腿片2片15克肉卷50克汤	14元	小组	品名	重量(g)	价格
		白菜30克豆干25克瘦肉25克肉卷20克牛丸20克			原味饭团	糯米饭140克萝卜丁10克内松10克海苔20克共计180克	6元
		培根20克鱼豆腐20克金针菇20克粉丝鲜100克肉			鸡肉卷	鸡肉60克饼皮60克蛋酥料10克共计130克	7元
	全家福小锅	方腿两片20克汤100克计450克	15元		烤肉肠	烤肉80克	3.5元
	方腿金针菇骨汤面/米线	壳金针菇50克方腿40克豆皮30克火腿面100克汤120克	10元		脆皮年糕	年糕80克	3元
	酥肉骨汤面/米线	壳50克方腿条3条30克酥肉50克 火腿面100克汤	13元		鸡块	鸡肉100克	6元
	水煮肉片骨汤面/米线	壳30克方腿条3条30克火腿面100克水煮肉50克汤	13元		鸡腿	鸡肉100克	6元
	肉卷骨汤面/米线	壳30克方腿条3条30克火腿面100克肉卷50克汤	14元		鸡米花	鸡肉100克	6元
	品名	重量(g)	价格	小组	品名	重量(g)	价格
小组	酸菜鱼	5块豆芽50克千张40克金针菇40克米饭200克共计	13元		淮海牛羊肉汤	粉丝150克豆芽30克牛羊肉10克共计190克	12元
	水煮肉片	25块豆芽50克千张40克金针菇40克米饭200克共计	13元		油酥饼	面粉150克	12元
	板麻鸡	5块豆芽50克千张40克金针菇40克米饭200克共计	13元		脆香鸡米饭	鸡肉120克生菜20克土豆60克米饭200克共计400克	13元
	麻婆拌	翡翠125克嫩菜130克共计255克	13元	小组	品名	重量(g)	价格
	牛肉锅	25块豆芽50克千张40克金针菇40克米饭200克共计	15元		原汤螺蛳粉	200克笋10克生菜10克豆角10克木耳10克腐竹10克共计250克	10元
	品名	重量(g)	价格		烤蛋螺蛳粉	壳炸蛋50克笋10克生菜10克豆角10克木耳10克腐竹10克	13元
烧烤	鸡腿	180克	6元		招牌螺蛳粉	壳60克豆腐果5克笋10克生菜10克豆角10克木耳10克腐竹110克	13元
小组	大肉串	猪肉80克	3.5元		营养套餐	壳卤蛋豆腐果5克笋60克蛋10克生菜10克豆角10克木耳10克腐竹15元	15元
	面筋	面筋80克	2.5元		烤蛋	鸡蛋液50克	3元
	鸡肉	鸡肉35克	2.5元		卤蛋	鸡蛋60克	1.5元
	鹌鹑蛋	鹌鹑蛋35克	2.5元		豆腐果	豆腐果15克	2元
	素鸡	素鸡40克	2元				
	腐竹	腐竹40克	2元				
	年糕	年糕80克	2元				
	五花肉串	五花肉30克	2元				

徽王餐厅



徽王餐厅一周菜单 (1.11-1.16)

龙之源餐厅

产品名称			规格/重量		
	重量(g)	价格		重量(g)	价格
香酥土豆饼			土豆(熟肉) 100g 土豆粉 10g 香葱 15g, 青椒(切碎) 30g 五香料 5g	4元	
肉夹馍饭团			猪肉 80g, 豆腐 20g 生抽 10g, 盐 5g, 料酒 5g, 芫荽 5g	4元	
香椿豆芽饼			全麦面 100g, 鸡蛋 30g 豆芽 100g, 香椿 15g 五香料 10g, 盐 10g 葱花 5g	4元	
肉末豆皮饼			猪肉末 80g, 豆皮 50g 豆芽 10g, 香菜 10g 五香料 5g	4元	
梅子干的饼			梅子干(熟肉) 30g 土豆粉 10g, 生抽 10g, 盐 5g, 葱花 10g 料酒 10g	4元	
鱼香肉丝饼			猪肉末 80g, 豆皮 30g 土豆粉 10g, 鱼香肉 (生抽、盐、料酒等) 20g 葱花 5g	4元	
芝士培根饼			培根 100g, 奶油芝士 45g, 牛奶(鲜牛奶) 20g 土豆 30g, 青蒜 5g	4元	
白香葱豆饼			豆腐(熟肉) 100g 豆芽 10g, 香葱 15g 土豆粉 10g, 盐 5g	4元	
藏红花肉饼			鸡肉(熟肉) 100g 土豆粉 10g, 香葱 15g 生抽 10g, 盐 5g, 葱花 5g, 芹菜 5g	4元	
麻辣肉饼			牛肉(熟肉) 100g, 加 辣酱 100g, 盐 10g, 葱 花 30g	4元	
麻辣肉包			牛肉(熟肉) 80g, 麻辣 酱 15 - 20g, 盐 5g, 切 碎料 10g, 葱花 20g	6元	
香辣板烧饼			板烧(熟肉) 100g 土豆粉 10g, 香葱 15g 生抽 10g, 盐 5g	6元	
青苔肉饼			肉饼(熟肉) 100g, 青 苔 15 - 20g, 盐 5g, 葱 花 10g	7元	
鸡肉大饼卷			鸡肉(熟肉) 50g, 生抽 10g, 盐 5g, 葱花 5g	7元	
黑椒肉饼			黑椒酱 100g, 加热培 根粉 100g, 肉饼(熟 肉) 50g, 生抽 10g, 盐 5g	7元	
网红豆饼			(可选配肉饼或豆饼) 豆饼(熟肉) 100g, 豆 粉 100g, 生抽 10g, 料酒 5g, 盐 5g, 葱花 10g	7元	
黑椒牛排饼			牛排(熟肉) 80g, 黑椒 酱 10g, 芝士饼 30g (可选)	8元	
芝士饼			芝士 100g, 生抽 10g, 盐 5g, 葱花 10g	4元	
海苔(海苔饭团)			海苔(熟肉) 80g, 生 抽 10g, 盐 5g, 葱花 10g, 盐 10g	4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

