

# 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（3月9日--3月13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
	香菇青菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	豆酥包	馅料30, 面粉40	1.2元	香干芹菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	鱼香肉丝包	馅料30, 面粉40	1.2元	豆酥包	馅料30, 面粉40	1.2元
	梅干菜包	馅料20, 面粉50	1.5元	三鲜包	馅料20, 面粉50	1.5元	三鲜包	馅料20, 面粉50	1.5元	包菜粉丝包	馅料20, 面粉40	1.2元	三鲜包	馅料20, 面粉40	1.5元
	南瓜肉卷卷	火腿面粉30	2.5元	红糖馒头	红糖面粉30	1元	南瓜馒头	红糖面粉20	1元	馒头	馒头80, 面粉10	1.0元	葱烧	馅料15, 面粉15	0.5元
	青葱鸡蛋煎饼	青葱鸡蛋20, 面粉20	3.0元	烧麦	香菇胡萝卜35, 面粉10	1.0元	烧麦	菜馅20, 面粉10	0.5元	火腿花卷	面粉30	1.5元	花卷	面粉30	1.5元
	鸡蛋煎饼	鸡蛋20, 面粉20	1.0元	菜脯饼	鸡蛋10, 面粉30	1.0元	鸡蛋菜盒子	鸡蛋菜10, 面粉30	3元	煎饺	肉15, 面粉15	1.0元/3个	煎饺	肉15, 面粉15	1.0元/3个
	香煎菜盒	馅料30, 面粉20	3.0元	煎饺	玉米肉20, 饺皮10	1.0元/3个	煎饺	肉15, 面粉15	1.0元/3个	土豆丝卷	土豆丝20, 面粉20	3.0元	香煎菜盒	菜馅20, 面粉10	3.0元
	油条	肉15, 面粉15	1.0元/3个	土豆丝卷	土豆丝20, 面粉10	3.0元	香煎菜盒	菜馅20, 面粉10	3.0元	香煎菜盒	菜馅20, 面粉10	3.0元	油条	面粉30	2.0元
	豆浆	面粉20	2.0元	青葱鸡蛋饼	青葱鸡蛋20, 面粉20	3.0元	黑芝麻饼	黑芝麻面粉20	3.0元	油条	面粉30	2.0元	灌汤	灌汤皮10, 灌汤皮10	3.0元
	豆腐饼	鸡蛋火腿20	2.5元	黑芝麻饼	黑芝麻面粉20	3.0元	糖糕	糯米80	1.5元	鸡蛋韭菜盒子	鸡蛋韭菜20, 面粉10	3.0元	鸡蛋火腿饼	鸡蛋火腿20, 饼皮15	2.5元
	春卷	馅料30, 面粉30	1.5元	葱香花卷	面粉小葱20	1.5元	油条	油条30	2.0元	小笼包	鸡蛋200, 肉100	6元/笼	小笼包	鸡蛋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	葱香火腿饼	火腿20面粉20	2.5元	南瓜饼	南瓜15, 面粉50	1.5元	春卷	馅料30, 面粉30	1.5元
	红豆糯米饼	红豆糯米30	2.5元	油条	面粉200, 肉100	6元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	鸡蛋饼	鸡蛋15, 面粉30	3.0元	脆皮紫薯饼	紫薯20, 面粉20	3.0元
	汤圆	紫米饼30, 油条小菜10	6.0元	糖糕	糯米20	1.5元	灌汤	灌汤皮20, 灌汤皮20	3.0元	火腿卷	火腿面粉30	2.5元	糖糕	糯米30	1.5元
	灌汤	灌汤皮9.5, 灌汤皮7.5	3.0元	灌汤	灌汤皮9.5, 灌汤皮7.5	3.0元	鸡蛋火腿饼	鸡蛋火腿20, 饼皮15	2.5元	梅干菜饼	梅干菜面粉20	5.0元	玉米	玉米70	2.0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	油条麻糍	肉粽20, 油条麻糍20	5.0元	玉米	玉米70	2.0元	山芋	山芋60	1.5元
	山芋	山芋70	1.5元	玉米	玉米70	2.0元	玉米	玉米70	2.0元	山芋	山芋60	1.5元	水煮蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元
	卤蛋, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	山芋	山芋60	1.5元	白煮蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元	水煮蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元	煎麦粥		免费
	南瓜粥		免费	高汤, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	高汤, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	花生粥		免费	辣糊汤		免费
	辣糊汤		免费	小米粥		免费	蛋包粥		免费	辣糊汤		免费			
			辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	蒜香豆腐	豆腐140g, 大蒜10g	1.0元	青橙绿豆芽	青橙50g绿豆芽100g	1.5元	
中餐	红烧豆腐	豆腐150g	1.0元	三色海带丝	海带丝130g, 胡萝卜10g, 青葱10	1.0元	三色包菜	包菜120g木耳10g胡萝卜10g	1.0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 青葱丝30g	1.0元
	炆炒绿豆芽	青葱40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.5元	鸡汤炖萝卜	白萝卜150g	1.5元	三色包菜	包菜120g木耳10g胡萝卜10g	1.0元	韭菜包菜汤	火腿20g鸡蛋130g	3.5元	年糕大虾	芹菜10g年糕40g大虾100g	6.0元
	小葱蒸鸡蛋	韭菜10g鸡蛋140g	3.0元	豉油蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	韭菜豆芽炒粉丝	韭菜10粉丝50g黄豆芽90g	1.5元	奥尔良炸鸡	三黄仔鸡150g	6.0元	回锅肉片	青椒25g蒜干20g洋葱20g肉片95g	6.0元
	红烧瓦块鱼	花鲢鱼150g	6.0元	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜80g牛肉70g	6.0元	火腿木耳炒炒蛋	火腿60g木耳30g鸡蛋60g	4.0元	年糕炒大虾	年糕60g大虾90g	6.0元	牛肉炖土豆	土豆90g 牛肉60g	6.0元
	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜80g牛肉70g	6.0元	年糕炒大虾	年糕60g大虾90g	6.0元	胡萝卜烧牛肉	胡萝卜80g牛肉70g	6.0元	香鲜狮子头	香鲜30g肉沫120g	6.0元	红烧鲫鱼	鲫鱼150g	6.0元
	糖醋里脊	黄瓜50g猪肉100g	6.0元	香酥排骨	五花肉100g	6.0元	梅干菜烧肉	梅干菜50g五花肉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
	口水鸡	三黄鸡150g	6.0元	东坡肉	五花肉150g	6.0元	川味口水鸡	三黄仔鸡150g	6.0元	麻辣鱼片	龙利鱼120g盐菜30g	6.0元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4元
	火腿木耳炒蛋	火腿60g 木耳60g鸡蛋30g	6.0元	干锅土豆片	青葱10g土豆120g肉20g	4.5元	糯米排骨	糯米80, 鸡翅100g	6.0元	肉沫炒肉片	粉丝120g 青蒜10g 肉沫20g	4.5元	小炒鸡片	藕120肉片10g青葱20	4.5元
	家常豆腐	豆腐90g蒜瓣20g胡萝卜10肉30	4.5元	青炒菜肴	菜肴150g	3.0元	青葱干子炒肉片	青葱60g, 蒜干60g肉片30g	4.5元	高爆鸡丁	花生米50g胡萝卜10g土豆60g 肉30g	5.0元	芹菜蒜干丝肉丝	芹菜100g 蒜干20g 肉丝30	4.5元
	西兰花炒肉片	胡萝卜20g西兰花100g肉30g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g肉片30g	4.5元	藕丁杂酱	藕60g肉丁30g蒜干30g胡萝卜30g	4.5元	腐竹炒肉片	里脊肉30g 腐竹80g 青葱30g 红椒30g	4.5元	蒜香菜肴	菜肴130g蒜瓣20g	3.0元
	油焖菜肴	菜肴150g	3.0元	麻辣鱼片	盐菜30g鱼片120g	6.0元	土豆烧排骨	排骨90g土豆60g	6.0元	蒜泥菜肴	菜肴150g	3.0元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元
	土豆肉丝	土豆130g肉丝20g	3.0元	三河小炒	芹菜90g 胡萝卜10青干20g 肉丝30g	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿120g鸡蛋30g	4.5元	西兰花炒肉片	胡萝卜20g西兰花100g肉30g	4.5元	葱油鸡	仔鸡160g	6.0元
	粉皮炒肉丝	青葱30g, 粉皮100, 肉20g	4.5元	肉沫豆腐	豆腐120g肉沫30g	4.5元	海鲜木耳片	蒜苗90g木耳30g肉片30g	4.5元	平菇鸡蛋汤		免费	骨尖萝卜汤		免费
	蒜泥老鸡汤		免费	紫菜蛋汤		免费	蒜泥菜肴	菜肴150g	3.0元	辣身萝卜		免费	炆炒回锅肉	青椒20g洋葱30g肉片100g	6.0元
	清炒萝卜丝	白萝卜150g	1.0元	青椒海带丝	海带丝80g胡萝卜30g青葱丝40g	1.0元	肉沫豆腐汤		免费	奥尔良烤鸡腿		免费	鸡腿100g		6.0元
	小鸡烧粉皮	鸡肉120g粉皮30g	6.0元	洋葱回锅肉	肉120g洋葱30g	6.0元	三色包菜	包菜130g木耳10g胡萝卜10g	1.0元	土豆烧肉	土豆60g 猪肉90g	6.0元	土豆烧牛肉	土豆60g 牛肉90g	6.0元
	杭椒小炒鸡	仔鸡120g杭椒30g	6.0元	腐竹烧肉	腐竹60g肉100g	6.0元	肉沫烧白菜	粉丝120g肉沫30g	4.5元	蘑菇肉圆灌蛋	肉圆100g蘑菇30g鸡蛋20g	6.0元	酸辣海带丝	海带丝150g	2.0元
	糖醋里脊	里脊肉90g年糕60g	6.0元	葱烧豆腐	豆腐90g土豆60g	6.0元	米粉猪根	米粉50g葱根100g	6.0元	糖醋排骨	排骨130g 年糕20g	6.0元	海带烧肉	海带 70g 肉80g	6.0元
	水煮肉片	豆芽40手辣40肉40g	6.0元	火腿木耳炒蛋	火腿60g木耳30g鸡蛋60g	5.0元	香酥排骨	排骨120g	6.0元	芹菜肉片	毛茛肉100g 洋葱30g土豆20g	6.0元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4元
	生瓜炒木耳	生瓜130g木耳20g	4.0元	肉沫茄子	茄子140g肉沫10g	4.5元	鱼香肉丝	粉丝60g木耳70g肉丝20g	5.0元	豆腐干炒肉丝	豆腐80g 蒜干40g 肉丝30g	4.5元	虎皮鸡蛋	青葱120g 鸡蛋20g	4.5元
西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4.0元	虎皮蛋烧肉	五花肉100g鲜鸡蛋60g	6.0元	蘑菇肉圆灌蛋	西红柿60g鸡蛋30g肉圆60g	6.0元	香酥猪根	猪根120g	6.0元	芹菜蒜干丝	芹菜100g 蒜干20g	4.5元	
肉末茄子	茄子110肉末40g	4.5元	干锅土豆片	土豆130g肉片20g	3.5元	小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	火腿白菜炖粉条	火腿100g白菜30g粉条20g	4.5元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元	
酸辣土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.5元	蒜苗炒肉片	蒜苗100g肉片30g	6.0元	地三鲜	土豆50g茄子50g青葱20g肉丝30g	4.5元	梅干菜烧肉	梅干菜50g猪肉20g	4.5元	蒜泥上海青	青菜150g	3.0元	
红烧豆腐	豆腐150g	2.0元	芹菜蒜干丝肉丝	芹菜90g干丝30g肉丝30g	4.5元	干锅花菜	花菜90g 肉片30g青葱30g	4.5元	清炒炒白菜	毛茛150g	3.0元	虫草炖鸡汤		免费	
小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	肉沫烧白菜	粉丝120g肉沫30g	4.5元	青葱土豆丝	青葱30g土豆丝120g	2.5元	酸辣土豆丝	土豆150	2.5元	三色包菜丝	胡萝卜20g 包菜丝100g 青葱丝30g	1.0元	
香煎青菜	青菜150g香干10g	3.0元	清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	蒜泥生菜	生菜150g	3.0元	香干肉片	香干150g	3.0元	香干肉片	香干150g	3.0元	
土豆烧肉	土豆80g肉70g	6.0元	火爆猪肝	洋葱20g猪肝120g辣椒10g	6.0元	香酥小炒鸡	三黄仔鸡120g杭椒30g	6.0元	平菇鸡蛋汤		免费				

合肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（3月9日--3月13日）				合肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（3月9日--3月13日）				合肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（3月9日--3月13日）				合肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（3月9日--3月13日）				合肥一中优芙得餐厅自选称重菜单（3月9日--3月13日）			
周一				周二				周三				周四				周五			
口水鸡				口水鸡				肉沫炖豆腐				辣子肉丁				奥尔良烤翅			
排骨炖土豆				肉末卤水豆腐				春笋狮子头				肉沫炖冬瓜				肉末卤水豆腐			
红烧猪排				青椒酱干肉丝				肉沫茄子煲				珍珠肉圆				川味口水鸡			
娃娃菜炖粉条				韭菜螺丝肉				孜然土豆片				排骨炖莲藕				虎皮蛋焖排骨			
脆皮鸡				东坡肉				肉沫蒸鸡蛋				狼牙土豆				梅干菜炖肉			
小鸡烧粉皮				肉沫豆腐				奥尔良烤鸡				脆皮鸡				黑椒汁牛肉			
糖醋鸡米花	自助称重	1.98元/两		湘式炒猪肝				猪拐炖生仁	自助称重	1.98元/两		五花肉炖老豆腐	自助称重	1.98元/两		火腿炒鸡蛋	自助称重	1.98元/两	
烤翅根				红烧猪手				蒜蓉粉丝煲				黄焖鸡				五花肉炖粉条			
火腿肉片炒蛋				香辣翅根				川味口水鸡				青椒酱干肉丝				奥尔良烤鸡			
香辣鱼片				香辣鸡丁				糖醋鸡柳				水煮肉片				鱼香肉丝			
干锅鸡蛋干				糖醋肉柳				金汤鱼片				糖醋肉柳				肉丝蒸蛋			
梅干菜炖肉				烤鸡腿				番茄酥肉				香菇菜心				肉沫茄子煲			
香菇青菜				酱鸭块				桂华红枣莲藕				酱鸭块				蒜蓉金针菇			
烤红薯				南瓜				玉米				麻薯				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、面包、饼类							
牛肉米线/河粉	米线/河粉260g千张40g青菜40g	12.0元		盖饭、拌饭类				鸡蛋炒饭	米饭180g辅料30	9.0元		火锅、面包、饼类				土豆	土豆35g	1.0元	
牛肉粉丝 /火锅粉	粉丝/火锅面260g千张40g青菜40g	12.0元		隆江猪脚饭	米饭/意面：400g浇头:100g	14.0元		牛肉炒饭	米饭180g牛肉60g	13.0元		排骨小火锅	排骨110g配菜140g	12.0元		包菜	包菜35g	2.0元	
烤肉面	烤肉100g面条 230g	12.0元		秘制叉烧饭	米饭/意面：400g浇头:100g	14.0元		广式腊味炒饭	米饭180g腊肠40g	13.0元		牛肉小火锅	牛肉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		糖醋里脊拌饭	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		小酥肉火锅	手工小酥肉110g配菜140g	14.0元		煎蛋	鸡蛋40g	1.5元	
糖醋排骨面	排骨80g面条 230克	14.0元		奥尔良烤肉拌饭	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		肉松烤肉手抓饼	肉松30g烤肉40g手抓饼50g	7.0元		素鸡	素鸡35g	2.0元	
家常仔鸭面仔	小炒肉100g面条 230克	13.0元		鸡丁拌饭	米饭/意面：400g浇头:100g	13.0元		茄汁翅根饭	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元		肉夹馍	卤肉80g馍90g	8.0元		香肠	香肠35g	2.0元	
鱼香肉丝面	鱼香肉丝100g面条 230克	12.0元		咖喱肉丁饭	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		掉渣饼	面粉100g馅料50g	3.5元		年糕	年糕45g	5.0元	
大排面	大排110g面条 230克	14.0元		意式烤肉饭	米饭180g浇头140g配菜90g	14.0元		奥尔良烤肉饭	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丸子20g	14.0元		豆角	豆角15g	1.0元	
孜然鸭腿	鸭腿80g面条 230克	14.0元		回锅肉饭	米饭180g浇头130g配菜90g	14.0元		蜜汁烤肉饭	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	14.0元		鸭鸡蛋	鸭鸡蛋30g	2.0元	
酱香鸡腿面	鸡腿80g面条 230克	13.0元		鱼香茄子饭	米饭180g浇头130g配菜90g	13.0元		椒盐鸡排饭(周)	米饭/意面:400g浇头:100g	13.0元		韩式大酱汤	土豆50g生瓜50g香菇20g肉片50g	14.0元		鸡蜜干	鸡蜜干30g	2.0元	
可乐鸡面	可乐鸡100g面条 230克	13.0元		水煮肉片饭	米饭180g浇头140g配菜90g	14.0元		芝士鸡肉饭	芝士碎15g炒饭300g浇头100g	14.0元		韩式泡菜手抓面	泡菜50g牛肉50g手抓面200g	14.0元		花干	花干25g	2.0元	
酥肉面	酥肉80g面条 230克	14.0元		糖醋里脊饭	米饭180g浇头140g配菜90g	13.0元		烤红薯	山芋250g	6元/个		老鸡汤饭	老鸡60g鸡蛋10g海鲜菇20g虫草花10g米饭150g			烤鸡排	鸡排50g	5.0元	
青椒土豆肉丝面	土豆肉丝130g面条 230克	11.0元		照烧鸡腿饭	米饭180g鸡腿90g配菜90g	14.0元		番茄肉酱通心粉	通心粉280g 肉酱100g	14元		现烤三明治	面粉100g馅料50g	8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		黑椒里脊肉丁	米饭180g浇头140g配菜90g	13.0元		玉米烤蛋奶	玉米80g蛋奶30g	6元		红豆餐包	面粉100g馅料50g红豆50g	5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		可乐鸡饭	米饭180g浇头140g 配菜90g	14.0元		红豆烤蛋奶	红豆80g蛋奶30g	6元		甜甜圈	面粉100g巧克力50g	5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	14.0元		奥尔良鸡肉饭	米饭180g浇头130g 配菜90g	12.0元		火腿鸡蛋炒饭	米饭150g火腿60g鸡蛋30g	13元		蔓越莓卷	面粉100g蔓越莓50g	6元		鱼豆腐	豆腐50g	2.5元	
莴苣西红柿鸡	莴苣西红柿鸡蛋130g面条 230克	10.0元		小炒鸡杂饭	米饭180g浇头130g 配菜90g	13.0元		爆炒火腿鸡蛋面	面条240g火腿40g鸡蛋30g	12元		奥利奥墨西哥卷	面粉100g奥利奥50g	7元		卤干	白干30g	1.5元	
口水鸡面	口水鸡100g面条 230克	14.0元		鸡柳饭(每周二)	米饭180g浇头130g配菜90g	13.0元		牛肉饭面	面条240g青菜40g牛肉20g	12元		椰蓉面包	面粉100g蔓越莓50g	5元		卤肠	肉肠50g	2元	
麻辣鸡丝面	麻辣鸡丝100g面条 230克	14.0元		奥尔良烤肉披萨	面粉200克芝士碎80克肉50克	6.0元/片						老面包	面粉100g黄油50g	3元		馒头	馒头30g	2元	
肉臊子拌面	肉臊子100g面条 230克	14.0元		锅巴土豆	土豆200g	5.0元						麻薯	面粉100g	3元					
卤花干、卤鸡	1个	1.5元		脆皮香蕉	香蕉150g	6.0元						沙汤	鸡丝50g, 千张20g, 木耳10g, 鸡蛋30g	3元/杯					
葱油烧饼	葱油20g面粉40g	2.0元		卤肉拌饭	卤肉100g米饭180g配菜90g	14.0元						酱香饼	面粉150g	3元					
香酥锅巴	锅巴65g	2.0元										煎饼	面粉100g, 肉50g	2.5元					
												煎包	面粉50g, 肉20g	1元					
												煎饺	肉15, 面15	1.0元/3个					
												鸡蛋饼	面粉50g鸡蛋30g	2.5元					







鸿青餐厅

合肥一中鸿青餐厅食谱(带量) 2026.3.9-2026.3.15

Table with columns for meal type (早/中/晚餐), day of the week (周一-周日), and item details including name, price, and quantity. The table is organized into a grid with 7 columns for each meal type and 7 rows for each day of the week.

餐次	周一		餐次	周二		餐次	周三		餐次	周四		餐次	周五		餐次	周六		餐次	周日	
晚餐	酸辣土豆丝	1.0	土豆150	酸辣白菜	1.0	白菜150	黄豆芽粉丝	1.0	黄豆芽120粉丝30	麻婆豆腐	1.0	豆腐150	清炒绿豆芽	1.0	绿豆芽150					
	蒜泥青菜	2.0	青菜150	手工糯米丸子	2.0	糯米50肉馅100	红烧翅根	2.0	翅根40-50	奥尔良翅根	2.0	翅根40-50	炆炒毛白菜	2.0	毛白菜150					
	红烧翅根	2.0	翅根40-50	红焖冬瓜	2.0	冬瓜150	麻婆豆腐	2.5	豆腐150	青椒炒豆饼	3.0	青椒30豆饼120	干锅土豆片	3.0	土豆150					
	肉末豆腐	3.0	豆腐130肉末20	蜜汁烤鸡腿	2.0	鸡腿150	干锅土豆片	3.0	土豆150	西红柿鸡蛋	3.5	鸡蛋80西红柿60	西红柿鸡蛋	3.5	鸡蛋80西红柿60					
	小炒生瓜	3.0	青红椒30生瓜120	青椒海带丝	3.0	青椒20海带丝130	青椒炒豆饼	3.0	青椒30豆饼120	青椒炒干张	3.5	青椒60干张90	孜然面筋	4.0	面筋150					
	肉末茄子	4.0	肉末30茄子120	干锅花菜	4.0	青红椒20花菜130	肉末蒸蛋	4.0	鸡蛋120肉末30	肉末粉丝	4.0	粉丝120肉末30	油焖茄子	4.0	肉末30茄子120					
	干锅花菜	4.0	青红椒20花菜130	蝎子烧肉	4.5	蝎子120肉馅30	面粉炒肉片	4.5	面粉120肉片30	干锅花菜	4.0	青红椒20花菜130	干锅花菜	4.0	青红椒20花菜130					
	杏鲍菇炒肉片	4.5	杏鲍菇120肉片30	麻辣鸡丝	5.0	芹菜40胡萝卜40鸡肉70	香辣猪肝	5.0	青红椒20洋葱30猪肝100	鱼香肉丝	5.0	笋丝50胡萝卜150肉丝50	麻辣鸡丝	5.0	芹菜40胡萝卜40鸡肉70					
	鱼香肉丝	5.0	笋丝50胡萝卜150肉丝50	洋葱回锅肉	5.0	洋葱50青红椒30猪肉70	鱼香肉丝	5.0	笋丝50胡萝卜150肉丝50	香辣猪肝	5.0	青红椒20洋葱30猪肝100	洋葱回锅肉	5.0	洋葱30青红椒30猪肉70					
	辣味洋葱炒肉	5.0	辣椒40g洋葱40g肉70	宫保鸡丁	5.0	黄瓜50胡萝卜40鸡肉60	辣味炒肉	5.0	青椒50香干50肉片50	口水鸡	6.0	鸡肉150	宫保鸡丁	5.0	黄瓜50胡萝卜40鸡肉60					
	辣子鸡	6.0	辣椒洋葱30鸡肉120	海带烧肉	6.0	海带70肉30	萝卜烧肉	6.0	萝卜70猪肉80	土豆红烧肉	6.0	土豆70猪肉80	土豆烧鸡	6.0	土豆70猪肉80					
	海带烧肉	6.0	海带70肉30	白斩鸡	6.0	鸡肉120配菜30	香酥鸡腿	6.0	鸡腿100-120	蒸鸭	6.0	鸭肉150	年糕排骨	6.0	年糕70排骨80					
	小炒土豆丝盖浇饭	10.0	土豆120青红椒30肉丝50																	
	小炒茄子肉丝盖浇饭	10.0	茄子120青红椒30肉丝50																	
	酸菜下饭鸡饭	12.0	酸菜40洋葱青红椒60鸡肉100																	
	辣子鸡肉饭	13.0	洋葱辣椒100鸡肉100																	
	辣味炒肉饭	13.0	洋葱辣椒120猪肉80																	
	黄牛肉盖浇饭	15.0	洋葱辣椒60土豆80牛肉60																	
	回锅肉盖浇饭	13.0	洋葱辣椒120猪肉80																	
	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	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70	牛肉汤面	13.0	面条200青菜40牛肉70	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猪肉70	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40猪肉70	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40猪肉70	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40猪肉70	卤肉汤面	13.0	面条200青菜40猪肉70						
酸菜汤面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜汤面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100						
酸菜拌面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100	酸菜拌面	12.0	面条200青菜40肉丝40香菜100						
肉酱拌面	13.0	面条200青菜40猪肉70	肉酱拌面	13.0	面条200青菜40猪肉70	肉酱拌面	13.0	面条200青菜40猪肉70	肉酱拌面	13.0	面条200青菜40猪肉70	肉酱拌面	13.0	面条200青菜40猪肉70						
麻辣鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70	麻辣鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70	麻辣鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70	麻辣鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70	麻辣鸡丝拌面	12.0	面条200青菜40鸡肉70						
牛肉汤	12.0	粉丝150青菜千张200牛肉30	牛肉汤	12.0	粉丝150青菜千张200牛肉30	牛肉汤	12.0	粉丝150青菜千张200牛肉30	牛肉汤	12.0	粉丝150青菜千张200牛肉30	牛肉汤	12.0	粉丝150青菜千张200牛肉30						
牛肉米线	12.0	米线200青菜20牛肉30	牛肉米线	12.0	米线200青菜20牛肉30	牛肉米线	12.0	米线200青菜20牛肉30	牛肉米线	12.0	米线200青菜20牛肉30	牛肉米线	12.0	米线200青菜20牛肉30						
烤鸭饭	12.0	米饭300蔬菜150烤鸭110	烤鸭饭	12.0	米饭300蔬菜150烤鸭110	烤鸭饭	12.0	米饭300蔬菜150烤鸭110	烤鸭饭	12.0	米饭300蔬菜150烤鸭110	烤鸭饭	12.0	米饭300蔬菜150烤鸭110						
隆江猪脚饭	14.0	米饭300蔬菜150猪脚包110	隆江猪脚饭	14.0	米饭300蔬菜150猪脚包110	隆江猪脚饭	14.0	米饭300蔬菜150猪脚包110	隆江猪脚饭	14.0	米饭300蔬菜150猪脚包110	隆江猪脚饭	14.0	米饭300蔬菜150猪脚包110						
又烧饭	14.0	米饭300蔬菜150又烧110	又烧饭	14.0	米饭300蔬菜150又烧110	又烧饭	14.0	米饭300蔬菜150又烧110	又烧饭	14.0	米饭300蔬菜150又烧110	又烧饭	14.0	米饭300蔬菜150又烧110						
蛋挞	2.5	蛋挞皮30鸡蛋牛奶30	蛋挞	2.5	蛋挞皮30鸡蛋牛奶30	蛋挞	2.5	蛋挞皮30鸡蛋牛奶30	蛋挞	2.5	蛋挞皮30鸡蛋牛奶30	蛋挞	2.5	蛋挞皮30鸡蛋牛奶30						
蓝莓包	6.0	面包胚72蓝莓酱28	蓝莓包	6.0	面包胚72蓝莓酱28	蓝莓包	6.0	面包胚72蓝莓酱28	蓝莓包	6.0	面包胚72蓝莓酱28	蓝莓包	6.0	面包胚72蓝莓酱28						
草莓包	6.0	面包胚72草莓酱28	草莓包	6.0	面包胚72草莓酱28	草莓包	6.0	面包胚72草莓酱28	草莓包	6.0	面包胚72草莓酱28	草莓包	6.0	面包胚72草莓酱28						
丹麦面包	6.0	面粉120砂糖10盐1.5蛋液20牛奶4	丹麦面包	6.0	面粉120砂糖10盐1.5蛋液20牛奶4	丹麦面包	6.0	面粉120砂糖10盐1.5蛋液20牛奶4	丹麦面包	6.0	面粉120砂糖10盐1.5蛋液20牛奶4	丹麦面包	6.0	面粉120砂糖10盐1.5蛋液20牛奶4						





# 徽王餐厅

## 徽王餐厅一周菜单 (3.8-3.13)

周一		周二		周三		周四		周五		周日	
品名	重量 (g)	价格/元	类别	品名	重量 (g)	价格/元	类别	品名	重量 (g)	价格/元	类别
巧克力甜饼	草莓25g	2.5/个		巧克力甜饼	草莓25g	2.5/个		巧克力甜饼	草莓25g	2.5/个	
肉排	猪肉片40g	3.5/个		肉排	猪肉片40g	3.5/个		肉排	猪肉片40g	3.5/个	
炸鸡	炸鸡20g	2.5/个		炸鸡	炸鸡20g	2.5/个		炸鸡	炸鸡20g	2.5/个	
糖醋鱼	糖醋鱼20g	3.5/个		糖醋鱼	糖醋鱼20g	3.5/个		糖醋鱼	糖醋鱼20g	3.5/个	
辣子鸡	辣子鸡20g	3.5/个		辣子鸡	辣子鸡20g	3.5/个		辣子鸡	辣子鸡20g	3.5/个	
清蒸鱼	清蒸鱼20g	3.5/个		清蒸鱼	清蒸鱼20g	3.5/个		清蒸鱼	清蒸鱼20g	3.5/个	
红烧肉	红烧肉20g	3.5/个		红烧肉	红烧肉20g	3.5/个		红烧肉	红烧肉20g	3.5/个	
宫保鸡丁	宫保鸡丁20g	3.5/个		宫保鸡丁	宫保鸡丁20g	3.5/个		宫保鸡丁	宫保鸡丁20g	3.5/个	
干煸四季豆	干煸四季豆20g	3.5/个		干煸四季豆	干煸四季豆20g	3.5/个		干煸四季豆	干煸四季豆20g	3.5/个	
蒜泥白肉	蒜泥白肉20g	3.5/个		蒜泥白肉	蒜泥白肉20g	3.5/个		蒜泥白肉	蒜泥白肉20g	3.5/个	
孜然羊肉	孜然羊肉20g	3.5/个		孜然羊肉	孜然羊肉20g	3.5/个		孜然羊肉	孜然羊肉20g	3.5/个	
青椒肉丝	青椒肉丝20g	3.5/个		青椒肉丝	青椒肉丝20g	3.5/个		青椒肉丝	青椒肉丝20g	3.5/个	
鱼香肉丝	鱼香肉丝20g	3.5/个		鱼香肉丝	鱼香肉丝20g	3.5/个		鱼香肉丝	鱼香肉丝20g	3.5/个	
回锅肉	回锅肉20g	3.5/个		回锅肉	回锅肉20g	3.5/个		回锅肉	回锅肉20g	3.5/个	
片皮鸭	片皮鸭20g	3.5/个		片皮鸭	片皮鸭20g	3.5/个		片皮鸭	片皮鸭20g	3.5/个	
素菜	素菜20g	2.5/个		素菜	素菜20g	2.5/个		素菜	素菜20g	2.5/个	
米饭	米饭100g	1.5/个		米饭	米饭100g	1.5/个		米饭	米饭100g	1.5/个	
豆浆	豆浆100g	1.5/个		豆浆	豆浆100g	1.5/个		豆浆	豆浆100g	1.5/个	
牛奶	牛奶100g	1.5/个		牛奶	牛奶100g	1.5/个		牛奶	牛奶100g	1.5/个	
水果	水果100g	1.5/个		水果	水果100g	1.5/个		水果	水果100g	1.5/个	
甜点	甜点20g	2.5/个		甜点	甜点20g	2.5/个		甜点	甜点20g	2.5/个	
汤羹	汤羹20g	2.5/个		汤羹	汤羹20g	2.5/个		汤羹	汤羹20g	2.5/个	
甜品	甜品20g	2.5/个		甜品	甜品20g	2.5/个		甜品	甜品20g	2.5/个	
饮料	饮料20g	2.5/个		饮料	饮料20g	2.5/个		饮料	饮料20g	2.5/个	
其他	其他20g	2.5/个		其他	其他20g	2.5/个		其他	其他20g	2.5/个	

## 龙之源餐厅

龙之源餐饮 LONGYUANYUAN CATERING		龙之源餐厅一周菜单 (2.23—2.27)														
		周一			周二			周三			周四			周五		
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	鲜汁大肉包	面粉50肉沫40	1.5元	早餐	鲜汁大肉包	面粉50肉沫40	1.5元	早餐	鲜汁大肉包	面粉50肉沫40	1.5元	早餐	鲜汁大肉包	面粉50肉沫40	1.5元	
	青菜包	面粉50青菜40	1.5元		青菜包	面粉50青菜40	1.5元		青菜包	面粉50青菜40	1.5元		青菜包	面粉50青菜40	1.5元	
	鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元		鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元		鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元		鱼香肉丝包	面粉50鱼香肉丝40	1.5元	
	肉沫豆角包	面粉50豆角40	1.5元		肉沫豆角包	面粉50豆角40	1.5元		肉沫豆角包	面粉50豆角40	1.5元		肉沫豆角包	面粉50豆角40	1.5元	
	玫瑰豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元		玫瑰豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元		玫瑰豆沙包	面粉50豆沙35	1.5元		玫瑰豆沙包	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		梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	1.5元		梅干菜肉沫包	面粉50梅干菜15肉沫15	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		烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元		烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元		烧麦	肉丁10糯米40面皮5	1.5元	
	锅贴饺	饺皮10肉馅20	3元5个		锅贴饺	饺皮10肉馅20	3元5个		锅贴饺	饺皮10肉馅20	3元5个		锅贴饺	饺皮10肉馅20	3元5个	
	香辣雪菜包	面粉50雪菜40	1.5元		香辣雪菜包	面粉50雪菜40	1.5元		香辣雪菜包	面粉50雪菜40	1.5元		香辣雪菜包	面粉50雪菜40	1.5元	
	麻婆豆腐包	面粉50豆腐40	1.5元		麻婆豆腐包	面粉50豆腐40	1.5元		麻婆豆腐包	面粉50豆腐40	1.5元		麻婆豆腐包	面粉50豆腐40	1.5元	
	肉沫海带包	面粉50海带25肉沫15	1.5元		肉沫海带包	面粉50海带25肉沫15	1.5元		肉沫海带包	面粉50海带25肉沫15	1.5元		肉沫海带包	面粉50海带25肉沫15	1.5元	
	肉沫粉丝包	面粉50粉丝25肉沫15	1.5元		肉沫粉丝包	面粉50粉丝25肉沫15	1.5元		肉沫粉丝包	面粉50粉丝25肉沫15	1.5元		肉沫粉丝包	面粉50粉丝25肉沫15	1.5元	
	生煎包	面粉30肉沫20	1元		生煎包	面粉30肉沫20	1元		生煎包	面粉30肉沫20	1元		生煎包	面粉30肉沫20	1元	
	小笼包	饺皮10肉馅20	5元6个		小笼包	饺皮10肉馅20	5元6个		小笼包	饺皮10肉馅20	5元6个		小笼包	饺皮10肉馅20	5元6个	
	馒头	面粉40	0.5元		馒头	面粉40	0.5元		馒头	面粉40	0.5元		馒头	面粉40	0.5元	
	葱油花卷	面粉40小葱10葱油5	1元		葱油花卷	面粉40小葱10葱油5	1元		葱油花卷	面粉40小葱10葱油5	1元		葱油花卷	面粉40小葱10葱油5	1元	
	千层饼	面粉50小葱10油酥10	3元		千层饼	面粉50小葱10油酥10	3元		千层饼	面粉50小葱10油酥10	3元		千层饼	面粉50小葱10油酥10	3元	
	土豆丝卷	鸡蛋50面粉40土豆丝100	4元		土豆丝卷	鸡蛋50面粉40土豆丝100	4元		土豆丝卷	鸡蛋50面粉40土豆丝100	4元		土豆丝卷	鸡蛋50面粉40土豆丝100	4元	
	鸡蛋饼	鸡蛋50面粉50	2元		鸡蛋饼	鸡蛋50面粉50	2元		鸡蛋饼	鸡蛋50面粉50	2元		鸡蛋饼	鸡蛋50面粉50	2元	
	酱香饼	面粉50小葱10油酥10酱5	3元		酱香饼	面粉50小葱10油酥10酱5	3元		酱香饼	面粉50小葱10油酥10酱5	3元		酱香饼	面粉50小葱10油酥10酱5	3元	
水煮蛋		1.5元	水煮蛋		1.5元	水煮蛋		1.5元	水煮蛋		1.5元					
卤鸡蛋		1.5元	卤鸡蛋		1.5元	卤鸡蛋		1.5元	卤鸡蛋		1.5元					
辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费					
白粥		免费	白粥		免费	白粥		免费	白粥		免费					
中餐	干豆角蒸肉	干豆角80肉70	6元	干锅排骨	排骨60青椒10洋葱10年糕70	6元	香酥鸡腿	鸡腿150	6元	口水鸡	鸡150	6元	山城辣子鸡	年糕30辣椒20鸡100	6元	
	红烧牛肉	土豆100牛肉50	6元	干锅排骨	排骨100虾50	6元	干锅排骨	排骨60青椒10洋葱10年糕70	6元	蒜蓉小龙虾	龙口粉丝100斤虾50斤	6元	奥尔良烤鸡	鸡腿150	6元	
	干锅鸡	青椒10洋葱10仔土豆60鸡70	5.5元	土豆烧肉	土豆90五花肉60	5.5元	台湾卤肉	蒜笋100肉片40红椒10	4.5元	酱烧排骨	排骨70土豆80	6元	毛豆烧鸡	毛豆80鸡70	5.5元	
	家常豆腐	肉50豆腐80木耳10青椒10	5元	蒜香鸡丁	蒜苗100鸡50	5元	台湾卤肉	肉70青椒10红椒10洋葱10土豆50	6元	毛豆烧鸡	毛豆80鸡70	5.5元	蒜苗肉丝	蒜苗100肉50	5元	
	地三鲜	茄子70土豆60青椒10洋葱10	4元	豆豉蒸鱼	鱼150	5.5元	黄焖鸡	青椒10洋葱20土豆60鸡60	5.5元	葱爆猪肝	猪肝80青椒30洋葱40	5.5元	鱼香肉丝	胡萝卜30笋丝30木耳丝30肉丝60	5元	
	西红柿炒蛋	西红柿80鸡蛋70	4元	香干炒肉	香干50青椒30肉40洋葱10	4元	西红柿炒蛋	西红柿80鸡蛋70	4元	干锅土豆片	土豆100青椒30洋葱10	4元	三河小炒	青椒10香干90肉50	4.5元	
	糯米丸子	糯米20猪肉40	4元	青炒肉片	肉50青椒20腐竹80	4元	肉丸	猪肉40莲藕20	4元	酱爆青椒	肉沫30青椒120	4元	西红柿炒蛋	西红柿80鸡蛋70	4元	
	洋葱炒白干	青椒30白干90洋葱30	4元	豆角肉片	豆角80红椒10肉60	4元	香菇青菜	香菇70青菜80	3.5元	酸辣海带丝	海带150	3元	板鸭蒸蛋	鸡蛋150	3元	
	虎皮青椒	肉沫30青椒120	4元	豆芽粉丝	豆芽50粉丝100	3元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	包菜粉丝	包菜50粉丝100	3元	红烧茄子	茄子150	3元	
	板鸭鸡蛋	鸡蛋150	3元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	包菜粉丝	包菜50粉丝100	3元	板鸭鸡蛋	鸡蛋150	3元	青菜豆腐	青菜70豆腐80	3元	
	土豆片	土豆150	2元	土豆丝	土豆130	2元	清炒白菜	白菜150	1元	土豆片	土豆150	2元	土豆丝	土豆150	2元	
	清炒白菜	包菜150	1元	双椒平包菜	青椒10包菜140	1元	清炒白菜	白菜150	1元	豆芽	豆芽150	1元	清炒冬瓜	冬瓜150	1元	
	青菜豆腐汤		免费	白菜肉片汤		免费	海带蛋汤		免费	白菜肉片汤		免费	海带蛋汤		免费	
	晚餐	五香酱鸭	鸭子150	6元	梅菜扣肉	肉60梅菜90	6元	自然茶香鸡	年糕80鸡70	6元	梅菜扣肉	肉60梅菜90	6元	酱烧排骨	排骨70土豆80	6元
		黄焖鸡	青椒10洋葱20土豆60鸡60	5.5元	水煮肉片	豆芽50千张40肉片60	5.5元	粉蒸肉	肉80土豆70	6元	玉米排骨	玉米80排骨90	6元	烤鸡腿	鸡腿150	6元
		土豆烧肉	土豆90五花肉60	5.5元	莴笋肉片	莴笋100肉片40红椒10	4.5元	水煮肉片	豆芽50千张40肉片60	5.5元	水煮鱼	鱼50	5.5元	蒜苗肉丝	蒜苗100肉50	5元
		豆豉蒸鱼	鱼150	5.5元	白切鸡	鸡150	5元	蒜苗小炒肉	蒜苗90木耳10肉50	5元	水煮肉片	豆芽50千张40肉片60	5.5元	水煮鱼	鱼50	5.5元
		肉沫豆腐	豆腐130肉20	3元	青椒香干肉丝	青椒20香干80肉50	4.5元	家常豆腐	豆腐30青椒10肉丝20	4.5元	香辣回锅肉	洋葱30青椒70肉50	5元	西红柿炒蛋	西红柿80鸡蛋70	4元
		干锅花菜	花菜100胡萝卜20木耳10肉20	4元	西红柿鸡蛋	西红柿80鸡蛋70	4元	胡萝卜炒粉丝	胡萝卜50粉丝100	3元	干锅花菜	花菜100胡萝卜20木耳10肉20	4元	干锅花菜	花菜100胡萝卜20木耳10肉20	4元
		板鸭鸡蛋	鸡蛋150	3元	青椒洋葱白干	青椒20白干110洋葱20	4元	鸡蛋糕	鸡蛋糕	4元	蒜笋肉片	蒜笋100肉片40红椒10	4.5元	白菜油豆腐	白菜100豆腐果50	3元
豆芽粉丝		豆芽50粉丝100	3元	葱油海带丝	海带丝150	3元	白菜豆腐	白菜70豆腐80	3元	白菜油豆腐	白菜100豆腐果50	3元	蒸鸡蛋	鸡蛋150	3元	
土豆丝		土豆150	2元	素炒莴笋	莴笋150	2元	小炒豆芽	豆芽150	2元	土豆丝	土豆150	2元	土豆丝	土豆150	2元	
平包菜丝		平包菜150	1元	红烧冬瓜	冬瓜150	1元	清炒冬瓜	冬瓜150	1元	平包菜丝	平包菜150	1元	双椒豆芽	豆芽150	1元	
菌菇蛋花汤			免费	紫菜蛋汤		免费	菌菇蛋花汤		免费	白菜豆腐汤		免费	紫菜蛋汤		免费	



