

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23日--3月27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	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
	雪菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	香菇青菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	豆腐包	馅料30, 面粉40	1.2元	包菜粉丝包	馅料30, 面粉40	1.2元	豆沙包	馅料30, 面粉40	1.2元
	鱼香肉丝包	馅料30, 面粉50	1.5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	酱肉包	馅料30, 面粉40	1.5元	梅干菜包	馅料30, 面粉40	1.5元
	香葱花卷	小葱20, 面粉30	1.5元	火腿卷	火腿15, 面粉20	2元	红糖馒头	红糖5, 面粉20	1元	烧麦	糯米50, 面粉10	1.0元	蒸饺	馅料15, 面粉15	0.5元
	青椒鸡蛋饼	青椒鸡蛋30, 面粉20	3.0元	烧麦	香菇胡萝卜35, 面粉10	1.0元	蒸饺	菜馅20, 面粉10	0.5元	火腿花卷	葱5, 火腿10, 面粉30	1.5元	火腿花卷	葱5, 火腿10, 面粉30	1.5元
	鸡蛋灌饼	鸡蛋20, 面粉20	1.0元	泡馍饼	鸡蛋10, 面粉30	3.0元	鸡蛋灌饼	土豆30, 面粉40	3.5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, 面皮20	3.0元	煎饺	玉米5, 肉10, 饺子皮10	1.0元/3个	煎饺	肉10, 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, 面皮10	3.0元
	煎饺	肉10, 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, 面皮10	3.0元	香煎菜盒	菜馅20, 面皮10	3.0元	油条	面粉30	2.0元
	南瓜饼	南瓜30, 糯米粉20	2.5元	脆皮紫薯饼	紫薯泥15, 面粉20	3.0元	糕糕	糯米80	1.5元	鸡蛋韭菜盒子	鸡蛋韭菜20, 面粉50	3.0元	鸡蛋火腿酥饼	鸡蛋火腿20, 面粉15	2.5元
	香卷	馅料30, 面粉30	1.5元	葱香花卷	面粉20, 小葱20	1.5元	油条	面粉30	2.0元	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	土豆丝卷饼	土豆丝20面粉20	3元	发面葱花饼	葱花10, 面粉60	2.5元	香卷	馅料30, 面粉30	1.5元
	火腿鸡蛋夹馍	面粉150, 火腿20, 鸡蛋50	4元	油条	面粉30	2.0元	小笼包	面粉200, 肉100	6元/笼	鸡蛋灌饼	鸡蛋15, 面粉30	1.0元	脆皮紫薯饼	紫薯泥20面粉20	3.0元
	油条麻糍	糯米粉30, 油条10	4.0元	糕糕	糯米20	1.5元	蛋挞	蛋挞液20, 蛋挞皮20	3.0元	火腿卷	火腿20, 面粉30	2.5元	糕糕	糯米30	1.5元
	蛋挞	蛋挞液9.5, 蛋挞液7.5	3.0元	蛋挞	蛋挞液9.5, 蛋挞液7.5	3.0元	鸡蛋火腿酥饼	鸡蛋火腿20, 面粉15	2.5元	梅干菜饼	梅干菜10, 肉10, 面粉20	3.5元	玉米	玉米70	2.0元
	玉米	玉米70	2.0元	鸡蛋火腿酥饼	鸡蛋火腿20, 面粉15	2.5元	饭团	糯米60, 火腿20小菜10, 紫菜10	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	山芋	山芋60	1.5元	白煮蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元	红苕粥		免费
	肉蛋, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	山芋	山芋60	1.5元	山芋	山芋60	1.5元	白煮蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元	红苕粥		免费
	蛋苕粥		免费	肉蛋, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	肉蛋, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	小米粥		免费	辣糊汤		免费
	辣糊汤		免费	燕麦粥		免费	南瓜粥		免费	辣糊汤		免费			
				辣糊汤		免费	辣糊汤		免费						
中餐	剁椒蒸豆腐	豆腐140g剁椒10g	1.0元	三色海带丝	海带丝130g, 胡萝卜10g, 青椒10	1.0元	三色包菜	包菜120g木耳10g胡萝卜10g	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
	炆炒绿豆芽	青椒40g胡萝卜30g绿豆芽80g	1.5元	鸡汤炖嫩萝	白萝卜150g	1.5元	韭菜豆芽炒粉丝	韭菜10粉丝50g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
	小葱煎鸡蛋	小葱10g鸡蛋140g	3.0元	鸡汤炖鸡蛋	煎蛋5, 鸡蛋150g	3.0元	火腿木耳炒鸡蛋	火腿80g木耳30g鸡蛋80g	5.0元	火腿煎鸡蛋	火腿20g鸡蛋130g	3.5元	虎皮青椒	青椒130g肉沫20g	4.5元
	红烧瓦块鱼	花鲢鱼150g	6.0元	排骨炖萝卜	排骨70g青萝卜80g	6.0元	胡萝卜炖牛肉	胡萝卜85g牛肉65g	6.0元	奥尔良烤鸡	三黄仔肉150g	6.0元	回锅肉片	青椒25g蒜干20g洋葱20g肉片95g	6.0元
	胡萝卜炖牛肉	胡萝卜85g牛肉65g	6.0元	年糕炒大虾	年糕90g大虾70g	6.0元	梅干菜烧肉	梅干菜50g五花肉100g	6.0元	年糕炒大虾	年糕90g大虾70g	6.0元	牛肉炖土豆	土豆90g 牛腩60g	6.0元
	干辣猪烧肉	干辣猪70g五花肉80g	6.0元	李邦蒸鸭	白蒸鸭150g	6.0元	川味口水鸡	三黄仔肉150g	6.0元	香酥狮子头	香酥30g肉沫120g	6.0元	红烧鲫鱼	鲫鱼150g	6.0元
	口水鸡	三黄鸡150g	6.0元	梅干菜扣肉	五花肉100g梅干菜50g	6.0元	小黄米蒸肉圆	小黄米50, 肉馅100g	6.0元	洋葱回锅肉	五花肉100g 蒜干30g, 洋葱20	6.0元	蚕豆毛圆烧蛋	蚕豆米20g 肉80g鸡蛋50g	6.0元
	西红柿炒蛋	西红柿120g鸡蛋30g	4.0元	干锅土豆片	青椒10g土豆120g肉20g	4.5元	青椒蒸干炒肉片	青椒60g, 蒜干70g肉片20g	4.5元	麻辣肉片	五花肉100g 蒜干30g, 洋葱20	6.0元	西红柿鸡蛋	西红柿90g鸡蛋60g	4元
	家常豆腐	豆腐90g蒜20g胡萝卜20肉20	4.5元	蚝油生菜	生菜150g	3.0元	藕丁杂酱	藕60g肉丁20g蒜干40g胡萝卜30g	4.5元	肉沫炒肉片	粉丝120g 青蒜10g 肉沫20g	4.5元	蘑菇炒肉片	平菇120肉片20g青椒10	4.5元
	西兰花炒肉片	胡萝卜20g西兰花110g肉20g	4.5元	花菜炒肉片	花菜130g肉片20g	4.5元	土豆烧排骨	排骨90g土豆60g	6.0元	宫爆鸡丁	花生米50g胡萝卜10g土豆60g 鸡肉丁30g	5.0元	青椒蒸干丝肉丝	青椒100g 香干30g 肉丝20	4.5元
	蒜泥菜菜	蒜泥100g生菜140g	3.0元	麻辣肉片	垫菜50g肉片100g	6.0元	西红柿炒蛋	西红柿120g鸡蛋30g	4.0元	麻辣炒肉片	肉20g 腐竹70g 青椒30g 青蒜30g	4.5元	蒜香蒸菜	菜菜130g蒜20g	3.0元
	土豆肉丝	土豆130g肉丝20g	3.0元	三河小炒	芹菜90g 胡萝卜10g香干30g 肉丝20g	4.5元	高笋木耳肉片	高笋100g木耳30g肉片20g	4.5元	蒜泥菜卷	菜卷150g	3.0元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元
	拉皮肉丝	青椒30g, 粉皮100, 肉20g	4.5元	肉沫豆腐	豆腐130g肉沫20g	3.0元	蒜泥菜卷	菜卷150g	3.0元	西兰花炒肉片	胡萝卜30g西兰花100g肉20g	4.5元	葱油鸡	仔鸡150g	6.0元
	蘑菇老鸡汤		免费	紫菜蛋汤		免费	肉沫豆腐汤		免费	平菇鸡蛋汤		免费	骨头萝卜汤		免费
	清炒萝卜丝	白萝卜150g	1.0元	酸辣白菜	大白菜150g	1.0元	青椒胡萝卜丝	青椒10g胡萝卜140g	1.0元	养身萝卜	萝卜150g	1.0元	炆炒回锅肉	青椒20g洋葱30g肉片100g	6.0元
	小鸡烧粉皮	鸡肉100g粉皮50g	6.0元	酸辣炒肉片	宽笋100g洋葱30g肉片20g	4.5元	肉沫烧粉丝	粉丝130g肉沫20g	4.5元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿100g	6.0元	水禽鱼片	娃娃菜25g豆芽20g干张20g 鲫鱼85g	6.0元
	芹菜木耳炒肉丝	芹菜90g肉丝20g木耳30g胡萝卜10g	4.5元	腐竹烧肉	腐竹50g肉100g	6.0元	无糖酱鸭	白蒸鸭150g	6.0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
	糖醋小酥肉	鸡胸肉90g糯米60g	6.0元	鸡烧土豆	二黄鸡80g土豆70g	6.0元	香脆蒜炒肉片	香脆蒜100g胡萝卜30g肉片20g	4.5元	番茄炒蛋	番茄120g鸡蛋30g	4.0元	酸辣海带丝	海带150g	2.0元
	韭香藕丝	韭菜20g藕100g肉丝20	4.5元	火腿木耳炒蛋	火腿60g木耳30g鸡蛋60g	5.0元	鱼香肉丝	笋丝70g木耳40g胡萝卜20g肉丝20g	5.0元	香脆排骨	排骨110g 年糕40g	6.0元	海带烧肉	海带70g 肉80g	6.0元
	虎皮青椒	青椒130g肉沫20g	4.5元	肉沫茄子	茄子130g肉沫20g	4.5元	番茄肉圆烧蛋	西红柿60g鸡蛋30g肉圆60g	6.0元	鱼香茄子	紫茄子130g 肉沫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	虎皮葱烧排骨	排骨90g葱鸡蛋60g	6.0元	蒜蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	豆腐蒸干肉丝	豆腐90g 蒜干40g 肉丝20g	4.5元	虎皮青椒	青椒120g 肉丝30g	4.5元	
肉末茄子	茄子130g肉末20g	4.5元	干锅土豆片	土豆130g肉片20g	3.5元	泡三鲜	土豆60g茄子50g肉沫20g 肉丝20g	4.5元	湘式炒猪肝	猪肝100g杭椒20g青蒜30g	5.0元	芹菜蒸干丝	芹菜100g 香干50g	4.0元	
酸辣土豆丝	土豆丝130g辣椒20g	2.5元	鱼香肉丝	笋丝70g木耳40g胡萝卜20g肉丝20g	5.0元	干锅花菜	花菜100g 肉片20g青蒜30g	4.5元	黄瓜白菜炆粉条	黄瓜100g火腿30g粉条20g	4.5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	芹菜蒸干丝肉丝	芹菜100g干丝30g肉丝20g	4.5元	干锅土豆丝	青椒30g土豆丝120g	2.5元	火腿炒肉片	黄瓜100g木耳30g肉片20	4.5元	蒜泥土豆青	青菜150g	3.0元	
韭菜沫蒸鸡蛋	鸡蛋130g韭菜20g	3.0元	肉沫烧粉丝	粉丝130g肉沫20g	4.5元	蒜泥生菜	生菜150g	3.0元	清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	三色包菜丝	胡萝卜20g 包菜丝100g 青椒丝30g	1.0元	
香菇青菜	青菜150g香菇10g	3.0元	清炒毛白菜	清炒毛白菜	3.0元	生炒火腿	生肉90g木30g火腿30g	4.5元	酸辣土豆丝	土豆150	2.5元	虫草老鸡汤		免费	
土豆烧肉	土豆80g肉70g	6.0元	西红柿炒蛋	鸡蛋30g西红柿120g	4.0元	素鸡烧肉	素鸡70g肉80g	6.0元	小炒藕条	藕110g青椒20g肉丝20g	4.5元				
蘑菇老鸡汤		免费	紫菜蛋汤		免费	西红柿鸡蛋汤		免费	萝卜丝鸡蛋汤		免费				

合肥一中优美得餐厅自选称重菜单（3月23日--3月27日）				合肥一中优美得餐厅自选称重菜单（3月23日--3月27日）				合肥一中优美得餐厅自选称重菜单（3月23日--3月27日）				合肥一中优美得餐厅自选称重菜单（3月23日--3月27日）				合肥一中优美得餐厅自选称重菜单（3月23日--3月27日）			
周一				周二				周三				周四				周五			
口水鸡	自助称重	1.98元/两	自助称重	口水鸡	自助称重	1.98元/两	自助称重	肉沫炖豆腐	自助称重	1.98元/两	自助称重	辣子肉丁	自助称重	1.98元/两	自助称重	奥尔良烤翅	自助称重	1.98元/两	
排骨炖土豆				肉末卤水豆腐				肉沫狮子头				肉沫炖冬瓜				奥尔良烤翅			肉末卤水豆腐
红烧猪膀				青椒蒸干肉丝				肉沫茄子煲				珍珠肉圆				虎皮蛋焖排骨			川味口水鸡
娃娃菜炖粉条				酱香鸡腿				孜然土豆片				排骨炖莲藕				梅干菜炖肉			火腿炒鸡蛋
脆皮鸡				川味扣肉				肉沫蒸鸡蛋				狼牙土豆				黑椒汁肉柳			五花肉炖老豆腐
小鸡烧粉皮				肉沫豆腐				奥尔良烤鸡				脆皮鸡				火腿炒鸡蛋			奥尔良烤鸡
糖醋鸡米花				小炒鸡脆				东坡肉				五花肉肉炖老豆腐				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
烤翅根				红烧猪手				蒜蓉粉丝煲				黄焖鸡				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
火腿肉片炒蛋				红烧猪手				川味口水鸡				青椒蒸干肉丝				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
香辣鱼片				香辣翅根				糖醋鸡柳				水煮肉片				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
干锅鸡蛋干				香辣鸡丁				金汤鱼片				糖醋肉柳				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
烤鸡腿				糖醋肉柳				番茄酥肉				烤鸡腿				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
香菇青菜				烤鸭块				桂华红枣莲藕				烤鸭块				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
烤红薯				南瓜				玉米				烤红薯				奥尔良烤鸡			奥尔良烤鸡
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200g+干张40g+青菜40g	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30g	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 /火锅面	牛肉粉丝/火锅面260g+干张40g+青菜40g	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	广式腊味炒饭	米饭180g+腊肠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 230g	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 230g	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					
家常仔鸭面仔鸭80g面	小炒肉100g+面条 230g	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 230g	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	14.0元	年糕	年糕45g	5.0元					
大排面	大排110g+面条 230g	14.0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	石锅拌饭	米饭100g+馅料50g	14.0元	豆角	豆角15g	1.0元					
酱香鸡腿面	鸡腿80g+面条 230g	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	韩式泡菜手擀面	泡菜50g+牛肉50g+手擀面200g	14.0元	鹌鹑蛋	鹌鹑蛋30g	2.0元					
可乐鸡面	可乐鸡100g+面条 230g	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	老鸡汤泡饭	老鸡60g+鸡蛋10g+海鲜菇20g+虫草花20g	14.0元	花干	花干25g	2.0元					
酥肉面	酥肉80g+面条 230g	14.0元	照烧鸡腿饭	米饭180g+鸡腿90g+配菜90g	14.0元				现烤三明治	面粉100g+馅料50g	8元	烤鸡排	鸡排50g	5.0元					
青椒土豆肉丝面	土豆肉丝130g+面条 230g	11.0元	黑椒里脊肉丁	米饭180g+浇头140g+配菜90g	13.0元				红豆餐包	面粉100g+馅料50g+红豆50g	5元	烤鸡肉串	鸡肉串30g	2.5元					
青菜素面	青菜20g+面条 230g	6.0元	可乐鸡饭	米饭180g+浇头140g+配菜90g	14.0元	玉米烤蛋奶	玉米80g+蛋奶30g	6元	甜甜圈	面粉100g+巧克力50g	5元	烤五花肉	五花肉25g	3.0元					
葱油拌面	葱油20g+面条 230g	7.0元	奥尔良鸡肉饭	米饭180g+浇头130g+配菜90g	12.0元	红豆烤蛋奶	红豆80g+蛋奶30g	6元	蔓越莓卷	面粉100g+蔓越莓50g	6元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿60g	6.0元					
香辣鸡杂面	鸡杂100g+面条 230g	14.0元	小炒鸡杂饭	米饭180g+浇头130g+配菜90g	13.0元	火腿鸡蛋炒饭	米饭150g+火腿80g+鸡蛋30g	13元	奥利奥墨西哥面包	面粉100g+奥利奥50g	7元	鱼豆腐	豆腐50g	2.5元					
西红柿鸡蛋面	西红柿鸡蛋130g+面条 230g	10.0元	鸡柳饭(每周二、三)	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	13元	椰蓉面包	面粉100g+蔓越莓50g	5元	卤干	白干30g	1.5元					
口水鸡面	口水鸡100g+面条 230g	14.0元	奥尔良烤肉披萨	面粉200g+芝士碎80g+肉50g+玉米	6.0元/片	牛肉板面	面条240g+青菜40g+牛肉20g	12元	老面包	面粉100g+黄油50g	3元	卤肠	肉肠50g	2元					
麻辣鸡丝面	麻辣鸡丝100g+面条 230g	14.0元	锅巴土豆	土豆200g	5.0元	肉臊子拌粉	米粉230g+青菜10g+肉臊子100g	14元	麻薯	面粉100g	3元	撒子	撒子30g	2元					
肉臊子拌面	肉臊子100g+面条 230g	14.0元	脆皮香蕉	香蕉150g	6.0元	可乐鸡拌粉	米粉230g+青菜10g+可乐鸡100g	13元	沙汤	鸡丝50g, 千张20g, 木耳10g, 鸡蛋	3元/杯								
卤花干、卤鸡蛋	1个	1.5元	卤肉拌饭	卤肉100g+米饭180g+配菜90g	14.0元	鱼香肉丝拌粉	米粉230g+青菜10g+鱼香肉丝100g	12元	酱香饼	面粉150g	3元								
葱油烧饼	葱油20g+面粉40g	2.0元				麻辣鸡丝拌粉	米粉230g+青菜10g+麻辣鸡丝	14元	煎饼	面粉100g, 肉50g	2.5元								
香酥锅巴	锅巴65g	2.0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								

玉兔餐厅

玉兔餐厅一周菜单(3.23-3.27)

早		中		晚		早		中		晚	
餐次	品名	规格	价格	餐次	品名	规格	价格	餐次	品名	规格	价格
早餐	豆浆	甜豆浆	1.50	午餐	豆浆	甜豆浆	1.50	晚餐	豆浆	甜豆浆	1.50
	牛奶	全脂牛奶	2.00		牛奶	全脂牛奶	2.00		牛奶	全脂牛奶	2.00
	馒头	馒头	0.50		馒头	馒头	0.50		馒头	馒头	0.50
	油条	油条	0.50		油条	油条	0.50		油条	油条	0.50
	鸡蛋	鸡蛋	0.50		鸡蛋	鸡蛋	0.50		鸡蛋	鸡蛋	0.50
	包子	包子	0.50		包子	包子	0.50		包子	包子	0.50
	粥	粥	1.50		粥	粥	1.50		粥	粥	1.50
	馄饨	馄饨	1.50		馄饨	馄饨	1.50		馄饨	馄饨	1.50
	饺子	饺子	1.50		饺子	饺子	1.50		饺子	饺子	1.50
	米饭	米饭	0.50		米饭	米饭	0.50		米饭	米饭	0.50
中餐	红烧肉	红烧肉	1.50	晚餐	红烧肉	红烧肉	1.50	宵夜	红烧肉	红烧肉	1.50
	宫保鸡丁	宫保鸡丁	1.50		宫保鸡丁	宫保鸡丁	1.50		宫保鸡丁	宫保鸡丁	1.50
	鱼香肉丝	鱼香肉丝	1.50		鱼香肉丝	鱼香肉丝	1.50		鱼香肉丝	鱼香肉丝	1.50
	青椒肉丝	青椒肉丝	1.50		青椒肉丝	青椒肉丝	1.50		青椒肉丝	青椒肉丝	1.50
	蒜泥白肉	蒜泥白肉	1.50		蒜泥白肉	蒜泥白肉	1.50		蒜泥白肉	蒜泥白肉	1.50
	回锅肉	回锅肉	1.50		回锅肉	回锅肉	1.50		回锅肉	回锅肉	1.50
	豆瓣鱼	豆瓣鱼	1.50		豆瓣鱼	豆瓣鱼	1.50		豆瓣鱼	豆瓣鱼	1.50
	辣子鸡	辣子鸡	1.50		辣子鸡	辣子鸡	1.50		辣子鸡	辣子鸡	1.50
	麻辣豆腐	麻辣豆腐	1.50		麻辣豆腐	麻辣豆腐	1.50		麻辣豆腐	麻辣豆腐	1.50
	素菜	素菜	1.50		素菜	素菜	1.50		素菜	素菜	1.50
下午茶	奶茶	奶茶	2.00	宵夜	奶茶	奶茶	2.00	宵夜	奶茶	奶茶	2.00
	咖啡	咖啡	2.00		咖啡	咖啡	2.00		咖啡	咖啡	2.00
	蛋糕	蛋糕	1.50		蛋糕	蛋糕	1.50		蛋糕	蛋糕	1.50
	面包	面包	1.50		面包	面包	1.50		面包	面包	1.50
	披萨	披萨	2.50		披萨	披萨	2.50		披萨	披萨	2.50
	汉堡	汉堡	2.00		汉堡	汉堡	2.00		汉堡	汉堡	2.00
	炸鸡	炸鸡	2.00		炸鸡	炸鸡	2.00		炸鸡	炸鸡	2.00
	薯条	薯条	1.50		薯条	薯条	1.50		薯条	薯条	1.50
	冰淇淋	冰淇淋	1.50		冰淇淋	冰淇淋	1.50		冰淇淋	冰淇淋	1.50
	甜品	甜品	1.50		甜品	甜品	1.50		甜品	甜品	1.50

牛肉汤			泡泡鸡			馋嘴饭			烘焙			广式烧腊		
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
招牌牛肉粉粉	牛肉80g, 粉丝150g, 青菜50g	12元	泡泡鸡	鸡腿肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	馋嘴鸡	鸡腿肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	蛋挞	蛋挞皮40鸡蛋液30	3元	小份烤鸭饭	烤鸭120克, 米饭150g素菜120g	12元
招牌牛肉河粉	牛肉80g, 河粉150g, 青菜50g	12元	泡泡牛肉	牛肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	15元	馋嘴里脊肉	里脊肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	巧克力麻薯	麻薯预拌粉100牛奶70黄油15克巧克力豆15	3元	五香蹄膀饭	蹄膀120克, 米饭150g素菜120g	15元
招牌牛肉汤面	牛肉80g, 面150g, 青菜50g	12元	泡泡肉桂	猪肉桂150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	馋嘴鸡柳	鸡肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	芝士面包	高筋面粉150克牛奶80黄油15芝士片40	3元	秘制叉烧饭	叉烧120克, 米饭150g素菜120g	14元
招牌牛肉米线	牛肉80g, 米线150g, 青菜50g	12元	泡泡里脊	里脊肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	馋嘴牛肉	牛肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	15元	巧克力玛芬	低筋面粉100克牛奶60g巧克力豆30克	5元	脆皮五花饭	五花肉120克, 米饭150g素菜120g	14元
招牌肉丝粉丝	肉丝80g, 粉丝150g, 青菜50g	12元	泡泡鸡柳	鸡肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	馋嘴小酥肉	猪肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元	红豆奶酷面包	高筋面粉150克牛奶80g红豆馅 40g奶酷片20g	6元	鸭腿饭	鸭腿120克, 米饭150g素菜120g	15元
美味小馄饨	馄饨皮 15张, 猪肉馅 80g	8元	泡泡小酥肉	猪肉150克, 配菜(土豆30年糕30豆芽40)	14元				毛毛虫面包	高筋面粉150克牛奶80g巧克力酱 30g	6元			
美味小馄饨	馄饨皮 20张, 猪肉馅 100g	10元							蓝梅面包	高筋面粉 150 克牛奶90g蓝莓果馅40g	6元			
烧饼	面粉 200g油、盐、芝麻少许	1.5元							芝士肉松	高筋面粉150克牛奶80g芝士片30g 肉松40g	6元			
卤蛋	鸡蛋 1个	1.5元							甜甜圈	高筋面粉150克牛奶90g巧克力酱30克	6元			
卤干	豆干 1块	0.5元							巧克力雷神面包	高筋面粉150克牛奶90巧克力酱40巧克力豆20	6元			
									岩烧吐司	吐司片2片奶酪酱50牛奶 20肉松15g海苔碎5	6元			
									丹麦披萨	丹麦面包胚150克披萨酱30g芝士50克	6元			
									鸡排面包	面包胚100鸡排120沙拉酱15	6元			
									松松卷	面团100克肉松30克沙拉酱20	6元			
									脏脏包	巧克力面团80巧克力奶酷酱30黑巧克力20牛奶20	6元			

西餐			麦多馅饼			阿楞仔面条		
品名	重量 (g)	价格	品名	重量 (g)	价格	品名	重量 (g)	价格
浓香咖喱鸡排饭	鸡排120g米饭150g素菜120g	14元	香辣土豆馅饼	土豆40g面粉90g	4元	西红柿鸡蛋面	面条 200g西红柿30g鸡蛋30g	10元
浓香咖喱猪排饭	猪排120g米饭150g素菜120g	14元	肉沫豆腐馅饼	土豆40g面粉90g	4元	土豆肉丝面	面条200g土豆50g猪肉丝20g	10元
浓香咖喱烤肉饭	猪肉120g米饭150g素菜120g	14元	香辣金针菇馅饼	土豆40g面粉90g	4元	辣子鸡丁面	面条200g鸡肉丁30g	11元
浓香咖喱牛肉饭	牛肉120g米饭150g素菜120g	15元	肉沫豆角馅饼	土豆40g面粉90g	5元	鱼香肉丝面	面条200g猪肉丝 20g木耳10g笋丝10g	11元
浓香咖喱鸡肉饭	鸡肉120g米饭150g素菜120g	14元	梅干菜馅饼	梅干菜40g面粉90g	4元	土豆杂酱面	面条200g土豆30g肉沫20g	12元
番茄意大利面	意面150g素菜120g	10元	鱼香肉丝馅饼	鱼香肉丝40g面粉90g	5元	雪菜肉丝面	面条200g雪菜30g猪肉丝20g	11元
番茄鸡排意大利面	鸡排120g意面150g素菜120g	14元	鱼香肉丝馅饼	鱼香肉丝40g面粉90g	5元	酱香鸡腿面	面条200g鸡腿肉50g	12元
番茄猪排意大利面	猪排120g意面150g素菜120g	14元	藤椒鸡腿馅饼	藤椒鸡腿40g面粉90g	6元	农家小炒肉面	面条200g猪肉30g辣椒30g	12元
番茄烤肉意大利面	烤肉120g意面150g素菜120g	14元	麻辣鸡肉馅饼	麻辣鸡肉40g面粉90g	6元	香辣大排面	面条200g猪大排50g	13元
咖喱鸡肉意大利面	鸡肉120g意面150g素菜120g	14元	雪菜馅饼	雪菜40g面粉90g	4元	土豆丝面	面条 200g土豆丝 50g	10元
咖喱牛肉意大利面	牛肉120g意面150g素菜120g	15元	海带馅饼	海带40g面粉90g	4元	杏鲍菇炒肉面	面条 200g杏鲍菇 30g肉丝20g	12元
			雪菜馅饼	雪菜肉沫40g面粉90g	4元	藤椒鸡块面	面条 200g鸡块 40g	13元
						肉沫豆角面	肉沫30豆角90面条200	12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

