



# 长江路校区优芙得餐厅

合肥一中优芙得餐厅菜单（5月18日--5月22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	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	馒头	面粉60g	0.5元
	蒸饺	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	老南瓜	老南瓜70g	1.0元	蒸饺	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	蒸饺	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	蒸饺	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个
	烧麦	面粉15g, 糯米45g	1.0元	烧麦	面粉15g, 糯米45g	1.0元	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	烧麦	面粉15g, 糯米45g	1.0元	烧麦	面粉15g, 糯米45g	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, 糯米45g	1.0元	烧麦	面粉15g, 糯米45g	1.0元	小肉包	肉15g, 面粉20g	1.0元
	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	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
	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	纸皮包	馅料20g, 面粉30g	1.5元	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	糯米糕	糯米60g	1.0元	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个
	豆腐粉丝包	肉沫豆腐30g, 面粉40g	1.5元	咸豆肉包	肉沫咸豆角30g, 面粉40g	1.5元	豆腐肉沫鸡蛋包	肉沫豆腐鸡蛋30g, 面粉40g	1.5元	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	豆腐粉丝包	肉沫豆腐粉丝30g, 面粉40g	1.5元
	肉包	肉30g, 面粉40g	1.5元	肉包	肉30g, 面粉40g	1.5元	肉包	肉30g, 面粉40g	1.5元	豆腐肉沫鸡蛋包	肉沫豆腐鸡蛋30g, 面粉40g	1.5元	肉包	肉30g, 面粉40g	1.5元
	蜜豆卷	蜜豆10g, 面粉60g	1.5元	蜜豆卷	蜜豆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	蜜豆卷	蜜豆10g, 面粉60g	1.5元
	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	1.5元	酒酿饼	酒酿10g, 面粉30g	1.5元	米糕	面粉50g, 馅料30g	1.5元	纸皮包	馅料20g, 面粉30g	1.5元	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	1.5元
	馅饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	米糕	面粉50g, 馅料30g	1.5元	糕饼	糯米80g	1.5元	花卷	面粉60g	1.5元	馅饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元
	糕饼	糯米80g	1.5元	糕饼	糯米80g	1.5元	粽子头	糯米80g	1.5元	米糕	面粉50g, 馅料30g	1.5元	糕饼	糯米80g	1.5元
	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	1.5元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	糕饼	糯米80g	1.5元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元
	玉米	玉米130g	2.0元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	玉米	玉米130g	2.0元	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	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	糯米糍	馅料30g, 糯米30g	2.5元	鸡蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元
	炸烧饼	面粉60g	2.5元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	糯米糍	馅料30g, 糯米30g	2.5元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	炸烧饼	面粉60g	2.5元
	蛋挞	蛋挞液9.5g, 蛋挞壳7.5g	3.0元	太阳饼	土豆丝鸡蛋30g, 面粉50g	2.5元	手擀饼	蛋挞液9.5g, 蛋挞壳7.5g	3.0元	手擀饼	土豆丝30g, 手擀饼液50g	3.0元	蛋挞	蛋挞液9.5g, 蛋挞壳7.5g	3.0元
	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元	香煎肉饼	肉50g, 面粉40g	3.0元	蛋挞	蛋挞液9.5g, 蛋挞壳7.5g	3.0元	蛋挞	蛋挞液9.5g, 蛋挞壳7.5g	3.0元	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元
	白米粥	免费		花生米粥	免费		玉米杂粮粥	免费		蛋饼粥	免费		白米粥	免费	
	辣糊汤	免费		辣糊汤	免费		辣糊汤	免费		辣糊汤	免费		辣糊汤	免费	
	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	川香回锅肉	猪肉80g, 洋葱50g, 青椒20g	6元	香脆脆猪肉	猪肉90g, 香脆脆70g	6元	红烧狮子头	猪肉150g	6元	宫保鸡丁	鸡丁80g, 土豆50g, 花生米20g	6元
	番茄毛圆滑鸡蛋	鲜肉馅80g, 西红柿40g, 鸡蛋30g	6元	无糖蒸糕	仔糕150g	6元	蒜香鸡排	鸡胸肉150g	6元	梅干菜扣肉	梅干菜70g, 蹄膀80g	6元	土豆烧牛肉	牛肉60g, 土豆90g	6元
	土豆烧排骨	土豆70g, 排骨80g	6元	炆三鲜	仔鸡50g, 火腿30g, 鹌鹑蛋40g, 平菇30g	6元	米粉蒸肉	五花肉90g, 米粉60g	6元	腐竹烧肉	腐竹70g, 红烧肉80g	6元	川香口水鸡	仔鸡150g	6元
	蒜苗炒鸡杂	鸡杂100g, 蒜苗50g	6元	香辣鸡翅根	鸡翅根2个	6元	水煮肉片	肉片70g, 豆芽50g, 平菇30g	6元	红烧大排	大排150g	6元	炆炒回锅肉	猪肉80g, 洋葱50g, 青椒20g	6元
干锅猪头肉	干锅猪头肉80g	6元	红烧大排	大排150g	6元	土豆烧仔鸡	仔鸡80g, 土豆70g	6元	奥尔良鸭腿	鸭腿150g	7元	米粉蒸肉	五花肉90g, 米粉60g	6元	
干锅包菜	包菜150g	1元	酸辣海带丝	海带丝150g	1元	素炒绿豆芽	绿豆芽150g	1元	清炒小白菜	小白菜150g	1元	葱油冬瓜	冬瓜150g	1元	
清炒小白菜	小白菜100g	3元	平菇青菜	小青菜130g, 平菇20g	3元	清炒青菜	青菜130g, 平菇20g	3元	青椒炒绿豆芽	青椒30g, 绿豆芽20g	3元	清炒小白菜	小白菜150g	3元	
肉沫茄子	茄子120g, 肉沫30g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元	青椒香干炒肉丝	青椒80g, 香干50g, 肉丝20g	4.5元	青椒白干肉丝	大白干100g, 青椒30g, 肉丝20g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g, 木耳40g, 肉片30g	4.5元	
火腿煎鸡蛋	鸡蛋120g, 火腿30g	4元	小葱煎蛋	水蛋150g	3元	包菜粉丝炒鸡蛋	平包菜80g, 鸡蛋50g, 粉丝20g	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	干锅花菜	菜菜80g, 木耳20g, 肉片20g, 胡萝卜30g	4.5元	
芹菜香干炒肉丝	芹菜80g, 香干50g, 肉丝20g	4.5元	肉末粉丝	粉丝110g, 肉末40g	4.5元	土豆炒肉丝	土豆120g, 肉丝30g	3元	小葱煎鸡蛋	鸡蛋140g, 火腿110g	3元	肉末鸡蛋饼	鸡蛋100g, 肉末120g, 肉片30g	4.5元	
西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	干煸土豆片	青笋20g, 土豆80g, 肉片50g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g, 木耳30g, 肉片40g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g, 肉片30g	4.5元	农家蒸茄子	肉末30g, 茄子120g	4.5元	
蚝油香脆鸡	香脆鸡100g, 胡萝卜20g, 肉片30g	3元	花菜炒肉片	花菜100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元	银芽炒肉丝	银芽120g, 肉丝30g	4.5元	红油云丝	芹菜50g, 云丝100g	4元	洋葱炒鸡蛋	洋葱80g, 鸡蛋50g, 青椒20g	4元	
紫菜蛋花汤	免费		豆腐蛋花羹	免费		番茄蛋花汤	免费		冬瓜鸡蛋汤	免费		海带排骨汤	免费		
川香口水鸡	仔鸡150g	6元	川香回锅肉	猪肉80g, 洋葱50g, 青椒20g	6元	香脆脆猪肉	猪肉90g, 香脆脆70g	6元	红烧狮子头	猪肉150g	6元	宫保鸡丁	鸡丁80g, 土豆50g, 花生米20g	6元	
番茄毛圆滑鸡蛋	鲜肉馅80g, 西红柿40g, 鸡蛋30g	6元	无糖蒸糕	仔糕150g	6元	蒜香鸡排	鸡胸肉150g	6元	梅干菜扣肉	梅干菜70g, 蹄膀80g	6元	土豆烧牛肉	牛肉60g, 土豆90g	6元	
土豆烧排骨	土豆70g, 排骨80g	6元	炆三鲜	仔鸡50g, 火腿30g, 鹌鹑蛋40g, 平菇30g	6元	米粉蒸肉	五花肉90g, 米粉60g	6元	腐竹烧肉	腐竹70g, 红烧肉80g	6元	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	
蒜苗炒鸡杂	鸡杂100g, 蒜苗50g	6元	香辣鸡翅根	鸡翅根2个	6元	水煮肉片	肉片70g, 豆芽50g, 平菇30g	6元	红烧大排	大排150g	6元	炆炒回锅肉	猪肉80g, 洋葱50g, 青椒20g	6元	
干锅猪头肉	干锅猪头肉80g	6元	红烧大排	大排150g	6元	土豆烧仔鸡	仔鸡80g, 土豆70g	6元	奥尔良鸭腿	鸭腿150g	7元	米粉蒸肉	五花肉90g, 米粉60g	6元	
干锅包菜	包菜150g	1元	酸辣海带丝	海带丝150g	1元	素炒绿豆芽	绿豆芽150g	1元	清炒小白菜	小白菜150g	1元	葱油冬瓜	冬瓜150g	1元	
清炒小白菜	小白菜100g	3元	平菇青菜	小青菜130g, 平菇20g	3元	清炒青菜	青菜130g, 平菇20g	3元	青椒炒绿豆芽	青椒30g, 绿豆芽20g	3元	清炒小白菜	小白菜150g	3元	
肉沫茄子	茄子120g, 肉沫30g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元	青椒香干炒肉丝	青椒80g, 香干50g, 肉丝20g	4.5元	青椒白干肉丝	大白干100g, 青椒30g, 肉丝20g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g, 木耳40g, 肉片30g	4.5元	
火腿煎鸡蛋	鸡蛋120g, 火腿30g	4元	小葱煎蛋	水蛋150g	3元	包菜粉丝炒鸡蛋	平包菜80g, 鸡蛋50g, 粉丝20g	4元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	干锅花菜	菜菜80g, 木耳20g, 肉片20g, 胡萝卜30g	4.5元	
芹菜香干炒肉丝	芹菜80g, 香干50g, 肉丝20g	4.5元	肉末粉丝	粉丝110g, 肉末40g	4.5元	土豆炒肉丝	土豆120g, 肉丝30g	3元	小葱煎鸡蛋	鸡蛋140g, 火腿110g	3元	肉末鸡蛋饼	鸡蛋100g, 肉末120g, 肉片30g	4.5元	
西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	干煸土豆片	青笋20g, 土豆80g, 肉片50g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g, 木耳30g, 肉片40g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g, 肉片30g	4.5元	农家蒸茄子	肉末30g, 茄子120g	4.5元	
蚝油香脆鸡	香脆鸡100g, 胡萝卜20g, 肉片30g	3元	花菜炒肉片	花菜100g, 木耳20g, 肉片30g	4.5元	银芽炒肉丝	银芽120g, 肉丝30g	4.5元	红油云丝	芹菜50g, 云丝100g	4元	洋葱炒鸡蛋	洋葱80g, 鸡蛋50g, 青椒20g	4元	
紫菜蛋花汤	免费		豆腐蛋花羹	免费		番茄蛋花汤	免费		冬瓜鸡蛋汤	免费		海带排骨汤	免费		
虎皮蛋烧肉盖饭	14元		沙拉鸡排饭	14元		手擀鸡排饭	14元		天水麻辣烫	14元		香酥鸡扒饭	14元		
脆皮鸡扒饭	14元		土豆炖牛肉	14元		红烧肉肉饭	14元		香酥鸡排饭	14元		虎皮蛋烧肉盖饭	14元		





鸿青餐厅

合肥一中鸿青餐厅食谱（带量）2026.5.18-2026.5.22

Table with 12 columns (餐次, 菜品名称, 价格, 重量, 餐次, 菜品名称, 价格, 重量, 餐次, 菜品名称, 价格, 重量, 餐次, 菜品名称, 价格, 重量, 餐次, 菜品名称, 价格, 重量). It lists a 5-day menu for breakfast, lunch, and dinner, including items like 鸡蛋饼, 豆浆, 米饭, 牛肉汤, etc., with prices and quantities.





徽王餐厅

徽王餐厅一周菜单 (5.17-5.22)

Table with 16 columns: Day (周一-周日), Dish Name, Price, and Category. The table lists a comprehensive menu for each day of the week, including breakfast, lunch, and dinner options with their respective prices.



