

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（6月1日--6月5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		
	麻球	馅料30, 面粉40	1.2元	香菇青菜包	馅料30, 面粉40	1.2元	豆沙包	馅料30, 面粉40	1.2元	香辣豆腐包	馅料30, 面粉40	1.2元	素三鲜包	馅料30, 面粉40	1.2元		
	咸香豆角包	馅料30, 面粉40	1.5元	梅干菜肉包	馅料30, 面粉40	1.5元	鱼香肉丝包	馅料30, 面粉40	1.5元	梅干菜肉包	馅料30, 面粉40	1.5元	鱼香肉丝包	馅料30, 面粉40	1.5元		
	煎饺	馅料10, 面粉10	0.5元	香辣花卷	火腿15, 面粉20	1.5元	青椒鸡蛋饼	青椒鸡蛋30, 面粉20	3.0元	烧麦	糯米60, 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	葱饼	馅料30, 面粉10	0.5元	糖糕	白糖10, 糯米粉30	1.5元	火腿卷	葱5, 火腿10, 面粉30	2.0元	肉松油条麻糍	肉松30, 麻糍15, 油条15	4.0元		
	鸡蛋饼	鸡蛋10, 面粉20	1.0元	糖糕	白糖10, 糯米粉40	1.5元	土豆丝卷	土豆30, 面粉40	3.0元	煎饺	肉15, 面粉15	1.0元/3个	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5, 肉10, 饺子皮10	1.0元/3个	煎饺	肉10, 面粉10	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		
	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		
	香辣葱花卷	火腿丁10, 面粉20	1.5元	鸡蛋饼	鸡蛋10, 面粉20	1.0元	糖糕	糯米80	1.5元	南瓜糯米肉松卷	糯米30, 面粉50, 南瓜15, 芝士10	3.0元	鸡蛋火腿酥饼	鸡蛋火腿20, 饼皮15	2.5元		
	南瓜饼	南瓜10, 糯米粉30	1.5元	香煎菜盒	馅料30, 面粉20	3.0元	油条	面粉200, 肉100	6.0元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6.0元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6.0元/笼		
	小笼包	面粉200, 肉100	6.0元/笼	小笼包	面粉200, 肉100	6.0元/笼	肉松饭团	肉松15, 沙拉酱10, 糯米80	5.0元	糖糕	糯米80	1.5元	香卷	馅料30, 面粉30	1.5元		
	肉松三明治	吐司70, 肉松20, 鸡蛋50	5.0元	油条	面粉30	2.0元	小笼包	面粉200, 肉100	6.0元/笼	鸡蛋饼	鸡蛋10, 面粉30	1.0元	青椒鸡蛋饼	青椒15, 鸡蛋15, 面粉25	3.0元		
	油条	面粉70	2.0元	糖糕	糯米20	1.5元	煎饺	馅料10, 面粉10	0.5元	鸡蛋火腿酥饼	鸡蛋火腿20, 饼皮15	2.5元	糖糕	糯米30	1.5元		
	糖糕	糯米40, 白糖10	1.5元	肉松三明治	吐司70, 肉松20, 鸡蛋50	5.0元	鸡蛋火腿酥饼	鸡蛋火腿20, 饼皮15	2.5元	油条	面粉70	2.0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, 饼皮15	2.5元	鸡蛋饼	鸡蛋10, 面粉20	1.0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	水煎蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元		
	肉蛋, 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	白煮蛋, 卤蛋	鸡蛋60	1.3元	麻豆粥		免费		
	燕麦粥		免费	白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	卤蛋, 白煮蛋	鸡蛋60	1.3元	南瓜粥		免费	辣糊汤		免费		
	辣糊汤		免费	黑米粥		免费	绿豆粥		免费	辣糊汤		免费	鸡汁煎包	鸡丝10, 木耳5, 黄豆50	3.5元		
				辣糊汤		免费	辣糊汤		免费								
中餐	三色海带丝	海带丝130g, 胡萝卜10g, 青萝卜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	韭菜炒豆芽	韭菜50g, 绿豆芽100g	1.5元	青炒南瓜丝	南瓜丝150g	1.5元		
	麻辣豆腐	豆腐150g	2.0元	韭菜豆芽炒粉丝	韭菜10g, 粉丝50g, 黄豆芽90g	1.5元	包菜炒粉丝	韭菜10g, 包菜100g, 粉丝40g	1.5元	辣生萝卜	白萝卜150g	1.0元	三色包菜丝	胡萝卜20g, 包菜丝100g, 青萝卜30g	1.0元		
	豉油蒸鸡蛋	豉油5, 鸡蛋150g	3.0元	火腿木耳炒鸡蛋	火腿80g, 木耳30g, 鸡蛋60g	5.0元	火腿蒸鸡蛋	火腿20g, 鸡蛋130g	3.5元	西红柿鸡蛋	西红柿120g, 鸡蛋30g	4.0元	肉煨藕片	藕片70g, 肉80g	6.0元		
	排骨焗土豆	排骨70g, 土豆80g	6.0元	胡萝卜焗牛肉	胡萝卜85g, 牛肉65g	6.0元	奥尔良炸鸡	三黄仔鸡150g	6.0元	蒜香炒肉片	鸡胸70g, 蒜香60g, 辣椒20g	6.0元	年糕烧大虾	年糕90g, 熟虾仁60g	6.0元		
	水鱼片	猪肉片100g, 盐菜50g	6.0元	虎皮扣肉	五花肉120g, 梅干菜30g	6.0元	年糕炒大虾	年糕80g, 大虾70g	6.0元	菠萝咕咾肉	菠萝50g, 肉100g	6.0元	牛肉炖土豆	土豆90g, 牛腩60g	6.0元		
	酱焖鸡块	鸡块80g, 香菇20g, 土豆50g	6.0元	平菇炒肉片	平菇100g, 胡萝卜20g, 肉20g, 青蒜10g	4.5元	豆角茄条	茄子100g, 豆角30g, 肉20g	4.5元	红烧乳猪肉	猪尾150g	6.0元	香辣鱼片	鱼片100g, 盐菜50g	6.0元		
	东坡肉	五花肉150g	6.0元	糯米蒸肉圆	糯米50, 肉馅100g	6.0元	米粉肉	米粉50g, 肉100g	6.0元	西兰花炒肉片	西兰花100g, 肉片20g, 胡萝卜30g	4.5元	西红柿鸡蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元		
	干锅土豆片	青萝卜10g, 土豆120g, 肉20g	4.5元	青椒干炒肉片	青椒60g, 猪肉70g, 肉片20g	4.5元	水鱼片	猪肉片120g, 盐菜30g	6.0元	拉皮肉丝	粉皮120g, 肉丝20g, 青萝卜10	4.5元	鲜毛豆炒肉丁	毛豆米50, 肉20g, 蒜干60, 胡萝卜20	4.5元		
	耗油生菜	生菜150g	3.0元	土豆丁肉片	土豆60g, 肉丁20g, 胡萝卜30g	4.5元	蒜香小炒	蒜苗80g, 蒜干40g, 肉丝20g, 青萝卜10g	4.5元	青椒干丝肉丝	青椒100g, 香干30g, 肉丝20	4.5元	青椒干丝肉丝	青椒100g, 香干30g, 肉丝20	4.5元		
	花菜炒肉片	花菜130g, 肉片20g	4.5元	无糖酱鸭	光鸭150g	6.0元	高爆鸡丁	花生米50g, 胡萝卜10g, 土豆60g, 鸡肉丁30g	5.0元	蒜泥青菜	青菜130g, 蒜20g	3.0元	蒜泥空心菜	空心菜130g, 蒜20g	3.0元		
	红烧鳊鱼块	鳊鱼150g	6.0元	西红柿炒蛋	西红柿120g, 鸡蛋30g	4.0元	腐竹炒肉片	腐竹70g, 青椒30g, 青蒜30g	4.5元	腐竹炒肉片	腐竹70g, 青椒30g, 青蒜30g	4.5元	腐竹炒肉片	腐竹70g, 青椒30g, 青蒜30g	4.5元		
	三鲜小炒	芹菜90g, 胡萝卜10g, 香干30g, 肉丝20g	4.5元	生瓜木耳肉片	生瓜100g, 木耳30g, 肉片20g	4.5元	蒜泥苋菜	苋菜150g	3.0元	葱油鸡	仔鸡150g	6.0元	葱油鸡	仔鸡150g	6.0元		
	西红柿炒蛋	西红柿80g, 鸡蛋70g	4.0元	蒜泥空心菜	空心菜150g	3.0元	花菜炒肉片	胡萝卜30g, 花菜100g, 肉片20g	4.5元	西红柿毛圆灌汤	黄豆米20g, 肉80g, 鸡蛋50g	6.0元	西红柿毛圆灌汤	黄豆米20g, 肉80g, 鸡蛋50g	6.0元		
	排骨炖山药	排骨70g, 山药80g	6.0元	番茄毛圆灌汤	肉100g, 番茄30g, 鸡蛋20g	6.0元	排骨炖玉米	排骨70g, 玉米80g	6.0元	萝卜汤		免费	萝卜汤		免费		
	老鸭莲藕汤		免费	白菜蛋汤		免费	平菇肉片汤		免费								
	酸辣白菜丝	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	香脆焗焗肉	香脆焗70g, 肉80g	6.0元					
	宫保炒肉片	宫保100g, 洋葱30g, 肉片20g	4.0元	肉沫烧饼	粉丝130g, 肉沫20g	4.5元	奥尔良炸鸡腿	鸡腿100g	6.0元	水煮鱼片	娃娃菜25g, 豆芽20g, 干辣椒20g, 豆瓣50g	6.0元					
	腐竹烧肉	腐竹50g, 肉100g	6.0元	排骨焗土豆	排骨80g, 土豆70g	6.0元	土豆烧肉	土豆60g, 猪肉90g	6.0元	无糖酱鸭	光鸭150g	6.0元					
	焗焗土豆	三黄80g, 土豆70g	6.0元	吉福炒肉片	吉福100g, 胡萝卜30g, 肉片20g	4.5元	金针菇炒肉丝	金针菇100g, 青椒丝30g, 肉丝20g	4.5元	酸辣海带丝	海带丝150g	2.0元					
	火腿木耳炒蛋	火腿60g, 木耳30g, 鸡蛋60g	6.0元	鱼香肉丝	笋丝70g, 木耳40g, 胡萝卜20g, 肉丝20g	5.0元	糖醋排骨	排骨110g, 年糕40g	6.0元	虎皮焗肉蛋	鹌鹑蛋70g, 肉80g	6.0元					
肉沫茄子	茄子130g, 肉沫20g	4.0元	香炸嫩藕	嫩藕100g	6.0元	鱼香茄子	紫茄130g, 肉沫20g	4.5元	西红柿鸡蛋	西红柿90g, 鸡蛋60g	4.0元						
干锅结块肉	五花肉90g, 干辣椒60g	6.0元	酱焗鸡蛋	鸡蛋150g	3.0元	豆角蒜干肉丝	豆角90g, 蒜干40g, 肉丝20g	4.5元	虎皮焗肉蛋	鹌鹑蛋70g, 肉80g	6.0元						
干锅土豆片	青萝卜10g, 土豆120g, 肉20g	3.5元	抱子鲜	土豆50g, 茄子50g, 豆角30g, 肉丝20g	4.5元	推肝100g, 蒜干20g, 青蒜30g	推肝100g, 蒜干20g, 青蒜30g	5.0元	芹菜蒸干丝	芹菜100g, 香干50g	4.0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	火腿白菜肉粉条	娃娃菜100g, 火腿30g, 粉条20g	4.5元	腐竹炒肉片	腐竹100g, 肉片20g, 青蒜30g	4.5元						
芹菜焗干丝肉丝	芹菜100g, 干丝30g, 肉丝20g	4.5元	青椒土豆丝	青椒30g, 土豆丝120g	2.5元	南瓜炒肉片	南瓜100g, 木耳30g, 肉片20	4.5元	蒜泥上海青	青菜150g	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, 青萝卜30g	1.0元						
清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	生瓜炒火腿	生瓜90g, 木耳30g, 火腿30g	4.5元	酸辣土豆丝	土豆150	2.5元	生瓜炒肉片	生瓜100g, 胡萝卜20g, 木耳10g	4.5元						
西红柿炒蛋	鸡蛋30g, 西红柿120g	4.0元	紫香焗肉	紫香70g, 肉80g	6.0元	酸辣土豆丝	土豆150	2.5元	西红柿炒鸡蛋	西红柿120g, 鸡蛋30g	4.0元						
萝卜丝鸡蛋汤		免费	紫菜蛋汤		免费	肉沫豆腐汤		免费	西红柿蛋汤		免费						

长江路校区优芙得餐厅

合肥一中优芙得餐厅菜单（6月1日—6月5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
	烧麦	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	烧麦	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	烧麦	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	烧麦	面粉15g, 馅15g	1.0元/2个	烧麦	面粉15g, 馅15g	1.0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	小肉包	肉15g, 面粉20g	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	胡萝卜	胡萝卜70g	1.0元	胡萝卜	胡萝卜70g	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	肉馅20, 面20	1.5元/2个	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	锅贴	肉馅20, 面20	1.5元/2个	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	豆腐粉丝包	肉沫豆腐粉丝30g, 面粉40g	1.5元	豆腐粉丝包	肉沫豆腐粉丝30g, 面粉40g	1.5元	豆腐粉丝包	肉沫豆腐粉丝30g, 面粉40g	1.5元	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	肉包	肉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	蜜豆卷	蜜豆10g, 面粉60g	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
	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	1.5元	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	1.5元	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮30g	1.5元	春卷	韭菜粉丝20g, 春卷皮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	馅饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	馅饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	馅饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元	馅饼	面粉50g, 馅料30g	1.5元
	糕糕	糯米80g	1.5元	糕糕	糯米80g	1.5元	糕糕	糯米80g	1.5元	糕糕	糯米80g	1.5元	糕糕	糯米80g	1.5元
	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	卤蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元
	玉米	玉米130g	2.0元	玉米	玉米130g	2.0元	玉米	玉米130g	2.0元	玉米	玉米130g	2.0元	玉米	玉米130g	2.0元
	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元	红糖发糕	红糖15g, 面粉30g	2.0元
	炸烧饼	面粉60g	2.5元	炸烧饼	面粉60g	2.5元	炸烧饼	面粉60g	2.5元	炸烧饼	面粉60g	2.5元	炸烧饼	面粉60g	2.5元
	蛋糕	蛋液9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	蛋糕	蛋液9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	蛋糕	蛋液9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	蛋糕	蛋液9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	蛋糕	蛋液9.5g, 蛋液7.5g	3.0元
	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0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	薏米粥		免费	白米粥		免费
	辣椒汤		免费	酸辣汤		免费	辣椒汤		免费	酸辣汤		免费	辣椒汤		免费
	午餐	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	香辣鸡杂	鸡杂100g蒜苗60g	6元	豉骨烧肉	猪肉80g豉骨70g	6元	红烧狮子头	猪肉150g	6元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150g
红烧狮子头		鲜肉150g	6元	无糖蒸鸭	仔鸭150g	6元	宫保鸡丁	鸡脯肉80g, 土豆60g, 花生米10g	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
豆角烧排骨		排骨80g, 豆角70g	6元	干烧蹄膀肉	干烧蹄膀肉100g	6元	米粉蒸肉	五花肉90g, 米粉60g	6元	蒜苗回锅肉	蒜苗70g, 猪肉80g	6元	豆角烧仔鸭	仔鸭100g, 豆角50g	6元
米粉蒸肉		五花肉100g, 米粉60g	6元	土豆烧排骨	排骨2个, 土豆30g	6元	水煮肉片	肉片70g, 豆芽50g, 平菇30g	6元	糖醋排骨	手拍年糕70g, 排骨80g	6元	海带烧肉	海带70g, 猪肉80g	6元
回锅肉片		猪肉80g, 洋葱50g, 青椒20g	6元	番茄肉圆滑鸡蛋	番茄40g, 猪肉80g, 鸡蛋30g	6元	土豆烧仔鸭	仔鸭80g, 土豆70g	6元	葱油鸡	仔鸡150g	6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
清炒毛白菜		毛白菜100g	3元	平菇青菜	小青菜130g, 平菇20g	3元	青菜炒绿豆芽	青菜130g, 平菇20g	3元	青椒炒绿豆芽	青椒30g, 绿豆芽20g	3元	清炒毛白菜	毛白菜150g	3元
肉末鸡蛋豆腐		鸡蛋豆腐150g	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
小葱煎鸡蛋		鸡蛋150g	3元	小葱煎蛋	水蛋150g	3元	剁椒豆腐	豆腐150g	3元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	干锅花菜	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	麻婆豆腐	豆腐110g, 肉末40g	3元	干锅土豆片	土豆120g, 肉片30g	4.5元	小葱煎鸡蛋	鸡蛋140g, 火腿10g	3元	肉末鸡蛋豆腐	鸡蛋豆腐120g, 肉末30g	4.5元
西红柿炒鸡蛋		西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	鱼香肉丝	笋丝60g, 香菇20g, 胡萝卜40g, 肉丝30g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g, 木耳30g, 木耳40g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g, 肉片30g	4.5元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4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	银子炒肉片	银子120g, 肉片30g	4.5元	红油云丝	芹菜50g, 云丝100g	4元	火腿木耳炒肉片	火腿40g, 木耳20g, 青椒60g, 肉片30g	4.5元
紫菜蛋花汤			免费	豆腐蛋花汤		免费	番茄蛋花汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费	海带排骨汤		免费
无糖蒸鸭		仔鸭150g	6元	椒盐蹄膀	蹄膀60g, 洋葱50g, 青椒20g	6元	豆角烧肉	猪肉80g, 豆角70g	6元	红烧狮子头	猪肉150g	6元			
番茄毛圆滑鸡蛋		鲜肉150g, 西红柿40g, 鸡蛋30g	6元	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	宫保鸡丁	鸡脯肉80g, 土豆60g, 花生米10g	6元	梅干菜扣肉	梅干菜70g, 蹄膀80g	6元			
糖醋排骨		手拍年糕70g, 排骨80g	6元	炆三鲜	仔鸡50g, 火腿30g, 鸡肉丸40g, 平菇30g	6元	米粉蒸肉	五花肉90g, 米粉60g	6元	蒜苗回锅肉	蒜苗70g, 猪肉80g	6元			
豆角回锅肉		豆角50g, 猪肉100g	6元	土豆烧排骨	排骨2个, 土豆30g	6元	水煮肉片	肉片70g, 豆芽50g, 平菇30g	6元	冬瓜炖排骨排骨	冬瓜150g, 排骨80g	6元			
香脆烧皮肉		香脆鸡70g, 猪肉80g	6元	海带烧肉	海带70g, 猪肉80g	6元	土豆烧仔鸭	仔鸭80g, 土豆70g	6元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150g	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			
清炒毛白菜		毛白菜100g	3元	平菇青菜	小青菜130g, 平菇20g	3元	青菜炒绿豆芽	青菜130g, 平菇20g	3元	青椒炒绿豆芽	青椒30g, 绿豆芽20g	3元			
肉沫茄子	茄子120g, 肉末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				
火腿煎鸡蛋	鸡蛋120g, 火腿30g	4元	小葱煎蛋	水蛋150g	3元	肉末鸡蛋豆腐	鸡蛋豆腐120g, 肉末30g	4.5元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元				
芹菜香干炒肉丝	芹菜80g, 香干50g, 肉丝20g	4.5元	包菜粉丝炒鸡蛋	粉丝110g, 肉末40g	4元	干锅土豆片	土豆120g, 肉片30g	4.5元	小葱煎鸡蛋	鸡蛋140g, 火腿10g	3元				
西红柿炒鸡蛋	西红柿100g, 鸡蛋50g	4元	鱼香肉丝	笋丝60g, 香菇20g, 胡萝卜40g, 肉丝30g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g, 木耳30g, 木耳40g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g, 肉片30g	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	银子炒肉片	银子120g, 肉片30g	4.5元	红油云丝	芹菜50g, 云丝100g	4元				
紫菜蛋花汤		免费	豆腐蛋花汤		免费	番茄蛋花汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费				
红烧肉盖饭		15元	沙拉鸡排饭		14元	手撕鸡排饭		14元	天水府拌饭		14元	沙拉鸡排饭		14元	
鸡内芝士盖饭		15元	红烧肉盖饭		14元	土豆炖牛肉		14元	梅干菜扣饭		14元	红烧肉盖饭		15元	

备注：带🍌为辣菜，标黄为新品

