

长江路校区优芙得餐厅

合肥一中优芙得餐厅菜单（6月8日--6月12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糯米馅45g	1.0元	烧麦	面粉15g糯米馅45g	1.0元	烧麦	面粉15g糯米馅45g	1.0元	烧麦	面粉15g糯米馅45g	1.0元	烧麦	面粉15g糯米馅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糯米馅45g	1.0元	烧麦	面粉15g糯米馅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, 面粉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, 面粉20	1.5元/2个	锅贴	肉馅20, 面粉20	1.5元/2个	锅贴	肉馅20, 面粉20	1.5元/2个	糯米糍	糯米80g	1.0元	锅贴	肉馅20, 面粉20	1.5元/2个	
	豆腐粉丝包	肉沫豆腐粉丝30g, 面粉40g	1.5元	咸豆腐包	肉沫豆腐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, 面粉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	米饺	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	米饺	面粉50g馅料30g	1.5元	糕糕	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	
	糕糕	糯米80g	1.5元	糕糕	糯米80g	1.5元	粽子头	糯米80g	1.5元	米饺	面粉50g馅料30g	1.5元	糕糕	糯米80g	1.5元	
	肉蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	春卷	韭菜粉丝20g春卷皮30g	1.5元	肉蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	糕糕	糯米80g	1.5元	肉蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	
	玉米	玉米130g	2.0元	肉蛋、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80g	2.5元	肉蛋、白煮蛋	鸡蛋60-70g	1.3元	红糖发糕	红糖15g面粉30g	2.0元	
	烤烧饼	面粉60g	2.5元	红糖发糕	红糖15g面粉30g	2.0元	肉沫干菜肉饼	肉沫干菜30g面粉40g	3.0元	玉米	玉米130g	2.0元	烤烧饼	面粉60g	2.5元	
	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	太阳饼	土旦丝鸡蛋30g面粉50g	2.5元	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	手推饼	土旦丝30g手推饼皮50g	3.0元	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	
	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元	香酥肉饼	肉50面粉40g	3.0元	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋液7.5g	3.0元	蛋炒饭	米饭130g, 鸡蛋20g	2.0元	
				蛋挞	蛋挞皮9.5g, 蛋液7.5g	3.0元										
	白米粥		免费	花生米粥		免费	玉米杂粮粥		免费	营养粥		免费	白米粥		免费	
	辣糊汤		免费	胡辣汤		免费	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	辣糊汤		免费	
	无糖蒸鸭	仔鸭150g	6元	豆角回锅肉	猪肉100g豆角50g	6元	香脆烧鸭肉	猪肉80g香脆藕70g	6元	红烧狮子头	猪肉150g	6元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿150g	6元	
	红烧狮子头	鲜肉馅150g	6元	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	红烧鸡腿	鸡腿1个	6元	梅干菜扣肉	梅干菜70g蹄膀80g	6元	土旦烧牛肉	牛肉60g土旦90g	6元	
	老豆腐烧肉	猪肉80g老豆腐70g	6元	干张烧肉	干张60g猪肉100g	6元	香菇滑鸡	仔鸡90g香菇60g	6元	奥尔良烤鸭腿	鸭腿1个	7元	酱板鸭	仔鸭150g	6元	
	米粉蒸肉	前夹肉100g米粉80g	6元	香辣脆皮	鸡腿根2个	6元	水煮肉片	肉片70g豆芽50g平菇30g	6元	干扁豆腐烧鸭	干扁豆腐70g猪肉80g	6元	豉汁排骨	排骨100g	6元	
蒜苗炒鸡杂	鸡杂80g蒜苗70g	6元	青椒酿肉	青椒50g鲜肉馅100g	6元	土旦烧排骨	排骨80g土旦70g	6元	葱油鸡	仔鸡150g	6元	毛豆米烧棍棍	鸡棍棍2个毛豆米50g	6元		
干锅白菜	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	葱油冬瓜	冬瓜150g	1元	素炒大白菜	大白菜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100g	3元		
肉末豆腐	豆腐150g	3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	鱼香茄子	茄子120g肉末30g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g木耳40g肉片30g	4.5元		
小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3元	小葱蒸蛋	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	肉末鸡蛋豆腐	鸡蛋豆腐110g肉末40g	4.5元	干锅土豆片	土豆120g肉片30g	4.5元	小葱蒸鸡蛋	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	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肉末30g木耳40g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g肉片30g	4.5元	豆瓣香干炒肉丝	豆瓣80g香干40g肉丝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	鞭子炒肉片	鞭子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	酸辣汤		免费	番茄蛋花汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费	西湖牛肉羹		免费		
无糖蒸鸭	仔鸭150g	6元	豆角回锅肉	猪肉100g豆角50g	6元	香脆烧鸭肉	猪肉80g香脆藕70g	6元	红烧狮子头	猪肉150g	6元	奥尔良烤鸡腿	鸡腿1个	7元		
红烧狮子头	鲜肉馅150g	6元	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	红烧鸡腿	鸡腿1个	6元	梅干菜扣肉	梅干菜70g蹄膀80g	6元	土旦烧牛肉	牛肉60g土旦90g	6元		
老豆腐烧肉	猪肉80g老豆腐70g	6元	干张烧肉	干张60g猪肉100g	6元	米粉烧鸭	仔鸭90g米粉60g	6元	奥尔良烤鸭腿	鸭腿1个	7元	酱板鸭	仔鸭150g	6元		
米粉蒸肉	前夹肉100g米粉80g	6元	香辣脆皮	鸡腿根2个	6元	水煮肉片	肉片70g豆芽50g平菇30g	6元	干扁豆腐烧鸭	干扁豆腐70g猪肉80g	6元	豉汁排骨	排骨100g	6元		
蒜苗炒鸡杂	鸡杂80g蒜苗70g	6元	青椒酿肉	青椒50g鲜肉馅100g	6元	土旦烧排骨	排骨80g土旦70g	6元	葱油鸡	仔鸡150g	6元	毛豆米烧棍棍	鸡棍棍2个毛豆米50g	6元		
干锅白菜	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	葱油冬瓜	冬瓜150g	1元	素炒大白菜	大白菜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100g	3元		
肉末豆腐	豆腐150g	3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	鱼香茄子	茄子120g肉末30g	4.5元	高笋木耳炒肉片	高笋80g木耳40g肉片30g	4.5元		
小葱蒸鸡蛋	鸡蛋150g	3元	小葱蒸蛋	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	肉末鸡蛋豆腐	鸡蛋豆腐110g肉末40g	4.5元	干锅土豆片	土豆120g肉片30g	4.5元	小葱蒸鸡蛋	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	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肉末30g木耳40g	4.5元	花菜炒肉片	花菜120g肉片30g	4.5元	豆瓣香干炒肉丝	豆瓣80g香干40g肉丝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	鞭子炒肉片	鞭子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	酸辣汤		免费	番茄蛋花汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费	西湖牛肉羹		免费		
红烧肉盖饭		14元	土旦烧牛肉		14元	沙拉鸡排饭		14元	天水麻辣烫		14元	沙拉鸡排饭		14元		
沙拉鸡排饭		14元	手撕鸡排饭		14元	咖喱鸡肉饭		14元	红烧肉肉饭		14元	红烧肉肉饭		16元		

鸿青餐厅

合肥一中鸿青餐厅食谱（带量）2026.6.10-2026.6.12

Table with columns for dates (周三, 周四, 周五, 周六) and menu items (早品系列, 早餐系列, 午餐系列, 晚餐系列) with prices and descriptions.

