

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（9月7日—9月11日）

类别	周一				周二				周三				周四			
	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	品名
早餐	鲜肉包	肉20、面粉40	1.5元	鲜肉包	肉20、面粉40	1.5元	鲜肉包	肉20、面粉40	1.5元	鲜肉包	肉20、面粉40	1.5元	鲜肉包	肉20、面粉40	1.5元	鲜肉包
	葱油饼	面粉30、面粉40	1.2元	葱油饼	面粉30、面粉40	1.2元	葱油饼	面粉30、面粉40	1.2元	葱油饼	面粉30、面粉40	1.2元	葱油饼	面粉30、面粉40	1.2元	葱油饼
	韭菜鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	韭菜鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	韭菜鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	韭菜鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	韭菜鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	韭菜鸡蛋饼
	鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	鸡蛋饼	面粉30、面粉40	1.2元	鸡蛋饼
	肉包	肉20、面粉40	1.5元	肉包	肉20、面粉40	1.5元	肉包	肉20、面粉40	1.5元	肉包	肉20、面粉40	1.5元	肉包	肉20、面粉40	1.5元	肉包
	菜肉包	肉20、面粉40	1.5元	菜肉包	肉20、面粉40	1.5元	菜肉包	肉20、面粉40	1.5元	菜肉包	肉20、面粉40	1.5元	菜肉包	肉20、面粉40	1.5元	菜肉包
	小笼包	肉20、面粉40	1.5元	小笼包	肉20、面粉40	1.5元	小笼包	肉20、面粉40	1.5元	小笼包	肉20、面粉40	1.5元	小笼包	肉20、面粉40	1.5元	小笼包
	馒头	面粉30	0.8元	馒头	面粉30	0.8元	馒头	面粉30	0.8元	馒头	面粉30	0.8元	馒头	面粉30	0.8元	馒头
	花卷	面粉30	0.8元	花卷	面粉30	0.8元	花卷	面粉30	0.8元	花卷	面粉30	0.8元	花卷	面粉30	0.8元	花卷
	油条	面粉30	0.8元	油条	面粉30	0.8元	油条	面粉30	0.8元	油条	面粉30	0.8元	油条	面粉30	0.8元	油条
午餐	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉
	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝
	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝
	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁
	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝
	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬
	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭
	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹
	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果
	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点
晚餐	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉	猪肉100、酱油10	1.5元	红烧肉
	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝	土豆100、油10	1.2元	土豆丝
	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝	猪肉50、青椒10	1.5元	青椒肉丝
	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁	鸡肉50、花生10	1.5元	宫保鸡丁
	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝	猪肉50、木耳10	1.5元	鱼香肉丝
	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬	蔬菜100	0.8元	素炒时蔬
	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭	大米100	0.5元	米饭
	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹	汤料100	0.5元	汤羹
	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果	苹果100	1.0元	水果
	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点	蛋糕100	1.5元	甜点

长江路校区优芙得餐厅

合肥一中优美得餐厅菜单（8月31日—9月4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	鲜肉包	肉30,面粉40	1.5元	鲜肉包	肉30,面粉40	1.5元	鲜肉包	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
	香辣豆腐包	馅料30,面粉40	1.2元	梅干菜肉包	馅料30,面粉40	1.5元	香菇青菜包	馅料30,面粉40	1.2元	青椒海带包	馅料30,面粉40	1.2元	豆沙包	馅料30,面粉40	1.2元
	豆沙包	馅料30,面粉50	1.2元	芝士紫薯包	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	三鲜包	馅料30,面粉40	1.5元
	玉米肉菜饺	馅料10,面皮10	0.5元	香辣花卷	葱花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,面皮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	肉丁烧麦	馅料30,面皮10	1.5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	兼善三明治	火腿10,吐司40	5.0元
	鸡蛋煎饼	鸡蛋10,面粉20	1.0元	糖糕	白糖10,糯米粉40	1.5元	小葱玉米饼	面粉20,鸡蛋20	1.0元	玉米鲜肉菜饺	肉15,面15	0.5元	玉米鲜肉菜饺	肉15,面15	0.5元
	肉丁烧麦	馅料30,面皮20	1.5元	玉米肉菜饺	玉米5,肉10,饺子皮10	0.5元	煎饺	肉10,面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
	三明治	火腿10,吐司40	5.0元	太阳饼	土豆丝20,面饼30	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
	火腿花卷	火腿丁10,面粉20	1.5元	鸡蛋煎饼	鸡蛋10,面粉20	1.0元	糕糕	糯米80	1.5元	海苔三明治	海苔30,鸡蛋25,吐司40	5.0元	鸡蛋火腿煎饼	鸡蛋火腿20,饼皮15	2.5元
	火腿鸡蛋煎饼	鸡蛋10,面粉30	2.5元	香煎菜盒	馅料30,面皮20	3.0元	油条	面粉70	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
	糕糕	糯米60	1.5元	香煎菜盒	面粉20,鸡蛋20	2.5元	照烧火腿饭团	照烧汁10,糯米60,火腿15	5.0元	糕糕	糯米80	1.5元	春卷	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	香煎肉包	肉30,面粉40	1.5元	鸡蛋煎饼	鸡蛋10,面粉30	1.0元	芝士肉松饼	芝士15,肉松15,面粉25	3.0元
	油条	面粉70	2.0元	糕糕	糯米20	1.5元	玉米鲜肉菜饺	馅料10,面皮10	0.5元	鸡蛋火腿煎饼	鸡蛋火腿20,饼皮15	2.5元	糕糕	糯米30	1.5元
	糖糕	糯米粉40,白糖10	1.5元	春卷	馅料30,面皮10	1.5元	鸡蛋火腿煎饼	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	鸡蛋火腿煎饼	鸡蛋火腿20,饼皮15	2.5元	麻薯	糯米30	2.0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	山芋	山芋60	1.5元	白煮蛋,卤蛋	鸡蛋60	1.3元	黑米粥		免费
	燕麦粥		免费	卤蛋,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	玉米粥		免费	小米粥		免费	辣糊汤		免费			
				辣糊汤		免费	辣糊汤		免费						
中餐	酸辣海带丝	海带丝150g	1.0元	三色包菜	包菜120g木耳10g胡萝卜10g	1.0元	葱油冬瓜	冬瓜150g	1.0元	青椒炒海带丝	海带丝130g青椒20g	1元	三色包菜丝	胡萝卜20g包菜丝100g青笋丝30g	1.0元
	豆角烧肉	豆角70g猪肉80g	6元	川香口水鸡	仔鸡150g	6元	宫保鸡丁	鸡丁80g土豆40g胡萝卜20g花生米10g	6元	番茄毛圈滑鸡蛋	西红柿50g猪肉80g鸡蛋20g	6元	葱油鸡	仔鸡150g	6元
	酥椒鸡排	鸡肉150g	6元	水鱼肉片	肉片80g干笋30g土豆芽40g	6元	米粉肉	米粉50g猪肉100g	6元	水鱼肉片	肉片80g黄豆芽50g干笋20g	4.0元	香菇烧肉	香菇70g肉80g	6.0元
	排骨烧白干	排骨100g年糕50g	6.0元	奥尔良烤鸡腿	1只	7元	土豆烧仔鸡	仔鸡80g土豆70g	6元	土豆烧排骨	排骨80g土豆70g	6.0元	白干烧排骨	排骨80g白干70g	6.0元
	粉皮烧牛肉	粉皮85g牛肉95g	6.0元	香菇烧肉	五花肉100g香菇20g	6.0元	红烧肉烧白干	白干100g肉50g	6元	香酥鸡柳	鸡柳80g土豆条50g芹菜20g	6.0元	牛肉烧土豆	土豆90g牛腩60g	6.0元
	黄焖鸡块	鸡块80g香菇20g土豆50g	6.0元	年糕烧排骨	年糕70g排骨80g	6元	无糖酱鸭	仔鸭150g	6元	干辣烧肉	五花肉100g干辣笋50	6.0元	香辣鱼片	龙利鱼100g垫菜50g	6.0元
	煎油煎蛋	水蛋150g	3元	豆角香干炒肉丝	豆角80g香干50g肉丝20g	4.5元	香煎鸡蛋	水蛋150g	3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元
	干锅土豆肉片	青椒10g土豆120g肉20g	4.5元	蚝油吉鲈鱼	吉鲈鱼100g胡萝卜20g肉片30g	4.5元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g鸡蛋50g	4元	豆角香干肉丝	豆角100g肉丝20g香干30g	4.5元	土豆炸藕	土豆50,肉20藕干60,胡萝卜20	4.5元
	西红柿炒蛋	鸡蛋30g西红柿120g	4.0元	鱼香茄子	茄子130g肉沫20g	4.5元	青椒香干炒肉丝	青椒80g香干50g肉丝20g	4.5元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g鸡蛋50g	4元	青椒香干肉丝	青椒100g面粉30g肉丝20	4.5元
	花菜炒肉片	花菜130g肉片20g	4.5元	小葱煎蛋	水蛋150g	3元	酸辣土豆丝	胡萝卜20g土豆丝130g	2.5元	蒜泥青菜	青菜130g蒜20g	3.0元	蒜泥毛白菜	毛白菜150g	3元
	青椒小炒肉	青椒80g香干30g洋葱20g肉片20g	4.5元	西红柿炒蛋	西红柿120g鸡蛋30g	4.0元	豆角烧茄子	豆角50g茄子80g肉丝20g	4.5元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元
	三河小炒	芹菜90g胡萝卜10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	蒜泥毛白菜	毛白菜150g	3.0元	小葱煎鸡蛋	水蛋150g	3元	煎油煎鸡蛋	水蛋150g	3元
	蒜泥毛白菜	毛白菜150g	3.0元	蒜泥青菜	青菜150g	3.0元	干锅花菜	胡萝卜30g花菜100g肉20g	4.5元	鱼香肉丝	笋丝70g香菇30g肉丝20g胡萝卜20g	5元	什锦云吞	云吞120g芹菜30g	4.5元
	紫菜蛋花汤		免费	金针菇鸡蛋汤		免费	西红柿蛋汤		免费	海带鸡蛋汤		免费	骨头冬瓜汤		免费
晚餐	酥椒鸡排	鸡排150g	6元	米粉蒸肉	猪肉100g米粉50g	6元	黄焖鸡块	鸡100g土豆30g香菇20g	6元	吉锦鸡烧肉	吉锦鸡70g肉80g	6.0元			
	粉制炸鸡腿	鸡腿1只	6元	回锅肉片	肉片80g洋葱40g青椒30g	6元	奥尔良炸鸡腿	鸡腿100g	6.0元	香酥鸡柳	鸡柳80g土豆条50g芹菜20g	6.0元			
	腐竹烧肉	腐竹50g肉100g	6元	排骨烧土豆	排骨80g土豆70g	6元	土豆烧肉	土豆60g猪肉90g	6.0元	无糖酱鸭	光鸭150g	6.0元			
	鸡烧土豆	鸡80g土豆70g	6元	花生米烧排骨	猪排100g花生米50g	6元	湘式炒猪肝	猪肝100g杭椒20g青蒜30g	5.0元	豆角回锅肉	豆角70g肉片80g	6元			
	水鱼肉片	肉片80g黄豆芽50g干笋20g	6元	粉皮烧仔鸡	仔鸡90g粉皮60g	6元	糖醋排骨	排骨110g年糕40g	6.0元	干辣烧肉	干辣猪70g肉80g	6.0元			
	肉沫茄子	茄子130g肉沫20g	4.5元	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g鸡蛋50g	4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			
	小葱煎蛋	水蛋150g	3元	香煎鸡蛋	鸡蛋150g	3元	豆角香干肉丝	豆角90g香干40g肉丝20g	4.5元	虎皮青椒	青椒120g肉丝30g	4.5元			
	西红柿炒鸡蛋	西红柿100g鸡蛋50g	4元	地三鲜	土豆50g茄子50g豆角30g肉丝20g	4.5元	小葱煎蛋	水蛋150g	3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元	干锅花菜	花菜100g肉片20g青蒜30g	4.5元	干锅白菜	花菜80g木耳20g胡萝卜20g肉片30g	4.5元	醋溜土豆丝	土豆丝130g干辣椒20g	2.5元			
	芹菜蒸干丝肉丝	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	鱼香肉丝	笋丝60g木耳30g肉丝20胡萝卜20g香菇20g	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元	清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	香煎鸡蛋	水蛋150g	3元			
	清炒毛白菜	毛白菜150g	3.0元	青椒香干炒肉丝	青椒80g香干50g肉丝20g	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肉20g木耳10g	4.5元			
	麻婆豆腐	豆腐120g肉沫30g	3元	韭菜豆芽	韭菜30g绿豆芽120g	3元	西红柿炒鸡蛋	西红柿120g鸡蛋30g	4.0元	肉沫豆腐	肉沫20g豆腐130g	3.0元			
	紫菜鸡蛋汤		免费	豆腐鸡蛋汤		免费	冬瓜鸡蛋汤		免费	西红柿蛋汤		免费			

玉兔餐厅

[illegible]

鸿青餐厅

合肥一中鸿青餐厅食谱（带量）2026.9.7-2026.9.11

合肥一中鸿青餐厅食谱（带量）2026.9.7-2026.9.11

餐次		周一		周二		周三		周四		周五		周六		周日	
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				餐次				餐次				餐次	
中餐	猪肉馅	5元	猪肉900g猪肉50	中餐	猪肉馅	5元	猪肉900g猪肉50	中餐	猪肉馅	5元	猪肉900g猪肉50	中餐	猪肉馅	5元	猪肉900g猪肉50
	韭菜粉丝饼	3元	面粉90g韭菜粉丝饼40		韭菜粉丝饼	3元	面粉90g韭菜粉丝饼40		韭菜粉丝饼	3元	面粉90g韭菜粉丝饼40		韭菜粉丝饼	3元	面粉90g韭菜粉丝饼40
	肉沫豆腐饼	3元	面粉90g肉沫豆腐饼40		肉沫豆腐饼	3元	面粉90g肉沫豆腐饼40		肉沫豆腐饼	3元	面粉90g肉沫豆腐饼40		肉沫豆腐饼	3元	面粉90g肉沫豆腐饼40
	手工鲜肉包	1.5元	面粉500g猪肉50		手工鲜肉包	1.5元	面粉500g猪肉50		手工鲜肉包	1.5元	面粉500g猪肉50		手工鲜肉包	1.5元	面粉500g猪肉50
	葱油饼	2元	面粉70		葱油饼	2元	面粉70		葱油饼	2元	面粉70		葱油饼	2元	面粉70
	肉丁鸡蛋	1.5元	面粉150猪肉50鸡蛋肉丁15		肉丁鸡蛋	1.5元	面粉150猪肉50鸡蛋肉丁15		肉丁鸡蛋	1.5元	面粉150猪肉50鸡蛋肉丁15		肉丁鸡蛋	1.5元	面粉150猪肉50鸡蛋肉丁15
	萝卜菜	1.5元	鸡蛋50		萝卜菜	1.5元	鸡蛋50		萝卜菜	1.5元	鸡蛋50		萝卜菜	1.5元	鸡蛋50
	生煎包	1元	面粉30猪肉25		生煎包	1元	面粉30猪肉25		生煎包	1元	面粉30猪肉25		生煎包	1元	面粉30猪肉25
	锅贴	0.5元/个	面粉12猪肉28		锅贴/锅贴	0.5元/个	面粉12猪肉28		锅贴/锅贴	0.5元/个	面粉12猪肉28		锅贴/锅贴	0.5元/个	面粉12猪肉28
	辣鲜汤	免费			辣鲜汤	免费			辣鲜汤	免费			辣鲜汤	免费	
中餐	辣汤	免费		中餐	辣汤	免费		中餐	辣汤	免费		中餐	辣汤	免费	
	总装绿豆芽	1.0	绿豆芽150		总装绿豆芽	1.0	绿豆芽150		总装绿豆芽	1.0	绿豆芽150		总装绿豆芽	1.0	绿豆芽150
	土豆猪肉	4.0	猪肉100土豆70		香辣肉丝饼	2.0	猪肉40土豆40		香辣肉丝饼	2.0	猪肉40土豆40		香辣肉丝饼	2.0	猪肉40土豆40
	韭菜炒千丝	3.0	韭菜80千丝70		韭菜炒肉	4.0	韭菜50猪肉50		黄豆芽炒肉丝	3.0	黄豆芽30猪肉50		韭菜炒肉	3.0	韭菜70猪肉50
	爆炒豆拼	4.0	青笋30豆拼120		猪肉白菜	3.0	猪肉50白菜150		豆角香干拼	4.0	豆角70香干50猪肉30		韭菜炒肉	3.0	小青菜150
	香煎青菜	3.0	青菜30青菜120		西江桂花菜	3.5	西江50香干50猪肉120		西江桂花菜	3.5	西江50香干50猪肉120		西江桂花菜	3.5	西江50西江160
	西江桂花菜	3.5	西江50西江160		西江桂花菜	3.5	西江50西江160		西江桂花菜	3.5	西江50西江160		西江桂花菜	3.5	西江50西江160
	爆炒云丝	4.0	胡萝卜30土豆120		外烫菜肉菜	5.0	外烫菜肉菜150		外烫菜肉菜	5.0	外烫菜肉菜150		外烫菜肉菜	4.0	豆腐600菜肉菜160猪肉20
	干拌豆腐丝	4.0	豆腐丝120猪肉30		肉末烧菜	5.0	猪肉25猪肉120猪肉30		干拌豆腐丝	4.0	豆腐丝120猪肉30		肉末烧菜	5.0	肉末30猪肉120
	素什锦	3.0	素什锦120		素什锦	3.0	素什锦120		素什锦	3.0	素什锦120		素什锦	3.0	素什锦120
中餐	茄子丁	5.0	茄子20猪肉30	中餐	茄子丁	5.0	茄子20猪肉30	中餐	茄子丁	5.0	茄子20猪肉30	中餐	茄子丁	5.0	茄子20猪肉30
	香辣肉丝饼	5.0	香辣肉丝饼100		五香包	6.0	猪肉150		五香包	6.0	猪肉150		五香包	6.0	猪肉150
	面筋猪肉	6.0	面筋70猪肉70		素什锦	6.0	素什锦150		素什锦	6.0	素什锦150		素什锦	6.0	素什锦15

[illegible]

江禾食语

	星期一(9.07)				星期二(9.08)				星期三(9.09)				星期四(9.10)				星期五(9.11)			
	菜品	价格(元)	重量(g)	投料(单位:g)	菜品	价格(元)	重量(g)	投料(单位:g)	菜品	价格(元)	重量(g)	投料(单位:g)	菜品	价格(元)	重量(g)	投料(单位:g)	菜品	价格(元)	重量(g)	投料(单位:g)
1	奥尔良烤鸡腿	6元	150	鸡腿120土豆30	蒜香大虾	6元	150	大虾100芹菜50	口水鸡	6元	150	仔鸡150	豉汁排骨	6元	150	排骨150	葱油鸡	6元	150	仔鸡150
2	梅菜扣肉	6元	150	肉100梅干菜50	土豆烧鸡	6元	150	鸡100土豆50	毛豆米烧排骨	6元	150	毛豆米50排骨100	锅巴香辣虾	6元	150	基围虾120锅巴30	南乳猪手	6元	150	猪手120花生米30
3	糖醋里脊	6元	150	里脊肉150	酱烧大仔排	6元	150	大籽排150	黑椒牛仔粒	6元	150	牛肉100杏鲍菇50	素鸡烧肉	6元	150	五花肉100素鸡50	番茄烩牛肉	6元	150	牛肉100番茄50
4	番茄烩毛圆	6元	150	猪肉50番茄60平菇40	回锅肉	6元	150	五花肉80洋葱20青红椒10豉干40	剁椒蒸鱼片	6元	150	鱼片100豆芽30金针菇20	可乐鸡腿	6元	150	鸡腿150	水煮鱼片	6元	150	鱼片150
5	牛肉土豆	6元	150	土豆100牛肉50	冬瓜肉片	4元	150	肉50冬瓜100	糖醋里脊	6元	150	猪里脊100番茄酱50	小炒五花肉	6元	150	五花肉100洋葱30青椒20	蒜香焗小排	6元	150	排骨150
6	农家小炒肉	6元	150	肉片100杭椒50	土豆肉片	4.5元	150	土豆100肉50	鱼香肉丝	6元	150	肉丝80笋丝50青红椒20	韭菜苔炒肉丝	4.5元	150	韭菜苔100肉丝50	徽香炸酱	4.5元	150	土豆50毛豆50猪肉50
7	小炒西兰花	4.5元	150	西兰花60腐竹60肉片30	豆角炒肉丝	4元	150	豆角100肉丝50	干锅花菜	4.5元	150	花菜100肉片50	秀珍菇炒肉片	4.5元	150	秀珍菇100肉片50	青椒炒肉丝	4元	150	猪肉50青椒60香干40
8	麻辣肉末豆腐	4元	150	豆腐100肉末50	红油肉沫豆腐	4元	150	豆腐100肉50	青椒木耳肉片	4.5元	150	青椒50木耳50肉50	土芹炒肉丝	4元	150	猪肉50土芹菜100	肉末蒸鸡蛋	4元	150	鸡蛋100肉50
9	肉末蒸鸡蛋	4元	150	鸡蛋100肉50	西红柿炒鸡蛋	4元	150	西红柿100鸡蛋50	肉末蒸鸡蛋	4元	150	鸡蛋100肉50	肉末蒸鸡蛋	4元	150	鸡蛋100肉50	青瓜炒火腿	3.5元	150	青瓜100火腿50
10	青椒炒茄丝	3元	150	茄子120青椒30	酸辣藕片	3元	150	藕130青红椒20	青椒土豆丝	3元	150	土豆100青椒50	青椒炒茄丝	3元	150	茄子100青椒50	青椒土豆丝	3元	150	土豆100青椒50

徽王餐厅

[illegible]

龙之源餐厅

龙之源餐厅一周菜单

周一												周二												周三												周四												周五																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐				早餐			

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

