

华人食堂
送餐菜谱
(九月)

星期一

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	炒滑肉	清蒸龙利鱼
		板栗红烧肉	板栗红烧肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	绿豆汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	烂肉粉条	红白萝卜烧牛肉
		红白萝卜烧牛肉	蒜苔回锅肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	土豆肉丝	
		卤排骨	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	馒头	

星期二

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	五花肉烩青豆	香爆大虾
		香爆大虾	莴笋木耳炒肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	绿豆汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	炒羊排	鲜香菇烩蹄筋
		黄豆烧肥肠	黄豆烧肥肠
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	卤鸡翅	
		青椒鸡	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	肉包子	

星期三

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	西红柿烩牛腩	西红柿烩牛腩
		太安鱼	芋头粉蒸肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	银耳汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	炒鸭子	红白萝卜烧羊肉
		红白萝卜烧羊肉	玉米棒炖排骨
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	卤鸭	
		木耳肉片	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	蛋糕	

星期四

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	盐煎肉	梅菜扣肉
		梅菜扣肉	翡翠虾仁
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	紫菜蛋花汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	杂菜烧鸡	三鲜肚条
		三鲜肚条	生炒二级肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	卤鸡脚	
		青椒牛肉	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	甜饼子	

星期五

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	烧鸭子	拌牛肚
		蒜苔炒肉	糯米蒸排骨
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	绿豆汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	红烧牛肉	红烧牛肉
		炒肉	花仁炖猪脚
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	卤猪脚	
		木耳肉片	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	花卷	

星期六

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	红烧带鱼	黄豆焖肥肠
		黄豆焖肥肠	蒜苔盐煎肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	绿豆汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	干煸鸡	葱烧丸子
		葱烧丸子	炒肉
		西红柿炒蛋	
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	卤鸭子	
		炒肉	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	发糕	

星期天

	菜单	A餐	B餐
午餐	荤菜	清炒虾仁	香炸鸡腿
		香炸鸡腿	炒肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	银耳汤	

	菜单	A餐	B餐
晚餐	荤菜	宫保鸡丁	青椒炒牛柳
		青椒炒牛柳	四川回锅肉
	素菜	时临鲜素一道	
	主食	米饭，馒头	
	汤	—	

	菜单	A餐	B餐
夜宵	荤菜	卤鸡腿	
		炒蛋	
	小吃	白水鸡蛋	
	主食	馒头	