

2022. 1. 17-1. 21学生自选餐单Alacarte

| 餐次 | 类别 | 2022/1/17星期一 | 2022/1/18星期二 | 2022/1/19星期三 | 2022/1/20星期四 | 2022/1/21星期五 |
|----|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| 早餐 | 西点 | 蜂巢蛋糕¥2.50/份 | 海绵蛋糕¥2.50/份 | 红枣蛋糕¥2.50/份 | 巧克力蛋糕¥3.00/份 | 香蕉蛋糕¥2.50/份 |
| | | 黄金芝心包¥3.50/份 | 芝士蒜香包¥3.00/份 | 吉士南瓜包¥3.00/份 | 鸡尾包¥2.50/份 | 卡夫热狗包¥3.50/份 |
| | | 香葱火腿包¥2.50/份 | 麦香餐包¥2.50/份 | 芝麻肉松包¥2.50/份 | 菠萝红豆包¥2.50/份 | 紫薯酥皮包¥3.00/份 |
| | 中点 | 蒸玉米¥2.50/份 | 小笼包¥3.00/份 | 香煎萝卜糕¥2.50/份 | 香煎粟米饼¥2.5/份 | 韩式泡菜饺子¥3.50/份 |
| | | 奶黄包¥2.50/份 | 蒸红薯¥2.50/份 | 干蒸¥2.50/份 | 生肉包¥2.50/份 | 广式马蹄糕¥2.50/份 |
| | | 白菜猪肉饺¥3.50/份 | 开口叉烧包¥3.00/份 | 开花南瓜馒头¥2.00/份 | 菌菇三鲜饺子¥3.50/份 | 金沙包¥2.50/份 |
| | 炒粉面¥5.00 | 鸡丝炒米粉 | 肉丝炒陈村粉 | 三丝炒河粉 | 腩汁猪肠粉 | 黑椒炒乌冬面 |
| | 汤粉面¥6.00 | 红烧猪手汤河粉 | 炸酱面 | 排骨汤米粉 | 肉酱挂面 | 猪手汤刀削面 |
| | 粥品¥4.80 | 皮蛋瘦肉粥 | 冬菇鸡肉粥 | 红枣枸杞鸡粥 | 胡萝卜玉米瘦肉粥 | 花生咸骨粥 |
| | 蛋类 | 水煮鸡蛋 | 五香茶叶蛋+水煮鸡蛋 | 水煮鸡蛋 | 五香茶叶蛋+水煮鸡蛋 | 水煮鸡蛋 |
| 奶类 | 牛奶 | 牛奶 | 牛奶 | 牛奶 | 牛奶 | |
| 午餐 | ¥5.80 | 青瓜炒蛋 | 冬菜浸丝瓜 | 豆角炒茄子 | 红烧豆腐 | 肉沫蒸水蛋 |
| | ¥5.80 | 韭菜炒肉丝 | 金针菇炒肉丝 | 香辣榨菜肉丝 | 紫苏白瓜 | 京酱肉丝 |
| | ¥5.80 | 攸县香干炒肉丝 | 三鲜冬瓜片 | 酸辣土豆丝 | 咖喱花菜 | 油焖茄子 |
| | ¥9.50 | 酸菜红烧肉 | 玉米蒸肉饼 | 姜葱爆炒鸭 | 笋干炆花肉 | 啤酒鸭 |
| | ¥9.50 | 榨菜蒸鲩鱼 | 孜然鱿鱼丝 | 支竹炆鱼腩 | 番茄蛋牛肉 | 咖喱鸡 |
| | ¥11.60 | 白切鸡 | 鲜菇牛肉 | 蒜香骨 | 咸香鸡 | 酸菜鱼 |
| | ¥11.60 | 五香牛腩 | 豉油鸡 | 萝卜牛腩 | 蒜蓉蒸排骨 | 沙爹鸡中亦 |
| | ¥12.50 (炖汤) | 党参炖土鸡 | 玉竹沙参炖瘦肉 | 花旗参炖乌鸡 | 茶树菇炖龙骨 | 莲子百合炖瘦肉 |
| | ¥5.80 | 胡萝卜素炒青瓜 | 蒜蓉炒丝瓜 | 素炒豆角 | 素煮番茄 | 蒜蓉炒茄子 |
| | ¥2.90 | 白灼菜心 | 蒜蓉上海青 | 盐水小唐菜 | 素炒大白菜 | 上汤奶白菜 |
| | ¥3.00 | 饮品 | 饮品 | 饮品 | 饮品 | 饮品 |
| | ¥1.00 | 例汤 | 例汤 | 例汤 | 例汤 | 例汤 |
| | ¥1.00 | 米饭 | 米饭 | 米饭 | 米饭 | 米饭 |
| | 特选菜式 | 香煎龙利鱼扒21元/份 | 蜜汁鸡扒21元/份 | 糖醋龙利鱼23元/份 | 琵琶鸭19元/份 | 正宗梅州盐焗鸡22元/份 |
| 晚餐 | ¥5.80 | 麻婆豆腐 | 干煸花菜 | 番茄炒蛋 | 虫草花浸丝瓜 | |
| | ¥5.80 | 莴笋炒肉片 | 红烧南瓜 | 小瓜炒肉丝 | 炸酱冬瓜 | |
| | ¥5.80 | 红烧茄子 | 西芹炒百合 | 手撕包菜 | 蒜蓉蒸南瓜 | |
| | ¥9.50 | 蒜苔回锅肉 | 剁椒蒸鱼头 | 红烧日本豆腐 | 川味鸭肾 | |
| | ¥9.50 | 豉油皇鸡腿 | 姜葱爆炒鸭 | 山药香菇鸡 | 兰豆炒鸡片 | |
| | ¥11.60 | 红糖猪手 | 番茄焗排骨 | 黑椒猪颈肉 | 香菠生炒骨(含菠萝) | |
| | ¥11.60 | 孜然羊肉 | 蒜香鸡中亦 | 咖喱牛肉 | 豆豉鹅 | |
| | ¥12.50 (炖汤) | 党参炖土鸡 | 玉竹沙参炖瘦肉 | 花旗参炖乌鸡 | 茶树菇炖龙骨 | |
| | ¥5.80 | 蚝油豆腐 | 素煮南瓜 | 蒜蓉炒云南小瓜 | 红烧冬瓜 | |
| | ¥2.90 | 盐水生菜 | 上汤娃娃菜 | 清炒绍菜 | 蒜蓉油麦菜 | |
| | ¥3.00 | 饮品 | 饮品 | 饮品 | 饮品 | |
| | ¥1.00 | 例汤 | 例汤 | 例汤 | 例汤 | |
| | ¥1.00 | 米饭 | 米饭 | 米饭 | 米饭 | |
| | 特选菜式 | 酱香卤水鸭28.50/份 | 脆皮五花肉20元/份 | 泰式猪颈肉20元/份 | 玫瑰豉油鸡18元/份 | |
| | 金沙鸡中亦25元/份 | 蒜香鸡块26元/份 | 椒盐牙签骨30元/份 | 孜然羊肉串26元/份 | | |