

常州龙城高级中学菜单— 11.1

早餐

序号	品名	规格	
1	山芋粥	碗	
2	玉米	碗	
3	豆浆	个	
4	玉米馒头	个	
5	鲜肉大包子	个/160克	
6	菜包	个/160克	
7	鸡蛋类	茶叶蛋	
		白煮蛋	
		煎蛋	
8	牛肉饼	个	
9	麻球	个	
10	红枣糕	块	
11	蛋挞	个	
12	红薯	个	

中餐

序号	品名	重量/克	
大荤 1			
2	啤酒鸭	150	
3	糖醋排骨	150	
4			
小荤 1	肉沫炖蛋	150	
2	青椒肉丝	150	
3		150	
蔬菜 1	酸辣海带丝	150	
2			
3	蒜泥生菜	150	
特色招牌	酸辣粉	份	
风味小吃	香肠面	碗	
主食	白米饭	份	
汤	鸡块菌菇汤		

晚餐

序号	品名	重量/克	
大荤 1	红烧狮子头	150	
2	口水鸡	150	
小荤 1	包菜炒蛋	150	
2	西葫芦木耳炒鸡蛋	150	
蔬菜 1	韭菜绿豆芽	150	
2	大白菜油豆腐	150	
特色招牌	酸辣粉	份	
风味小吃	番茄鸡蛋面	份	
主食	白米饭	份	
汤	平菇豆腐汤		

常州龙城高级中学菜单— 11.4

早餐

序号	品名	规格	
1	白米粥	碗	
2			
3	豆浆	碗	
4	花卷	个	
5	鲜肉大包子	个/160克	
6	萝卜丝包	个/160克	
7	鸡蛋类	茶叶蛋	
		白煮蛋	
		煎蛋	
8	烧卖	个	
9	玉米	段	
10	土豆丝鸡蛋卷		
11	红薯		
12	蛋糕	个	

中餐

序号	品名	重量/克	
大荤 1	糯米蒸排骨	150	
2			
3	红烧鸡翅根	150	
4			
小荤 1	茼蒿木耳炒肉片	150	
2			
3	宫保鸡丁	150	
蔬菜 1		150	
2	青椒炒素鸡	150	
3	香菇青菜	150	
特色招牌	酸辣粉	份	
风味小吃	牛肉粉丝汤	碗	
主食	白米饭	份	
汤	西红柿蛋汤		

晚餐

序号	品名	重量/克	
大荤 1	白萝卜豆烧肉	150	
2	炸鸡排	150	
小荤 1	黄瓜火腿肠炒鸡蛋	150	
2	花菜炒肉片	150	
蔬菜 1	白菜烧老豆腐	150	
2	菠菜	150	
特色招牌		份	
风味小吃	鸡腿面	碗	
主食	白米饭	份	
汤	金针菇豆腐蛋汤		

常州龙城高级中学菜单—— 11.5			
早餐			
序号	品名	规格	
1	豆浆	碗	
2	黑米粥	碗	
3	烧卖	个	
4	玉米馒头	个	
5	鲜肉大包子	个	
6	菜包	个	
7	鸡蛋类	茶叶蛋	
		白煮蛋	
		煎蛋	
8	油条	根	
9	蛋挞	个	
10	韭菜粉丝大煎饺	个	
11	小麻糕	个	
12	酱香饼	个	
中餐			
序号	品名	重量/克	
大荤 1	蒸辣鸡腿	150	
2	百叶结烧肉	150	
3			
4			
小荤 1			
2	外婆菜藕丁	150	
3	青椒木耳炒培根	150	
蔬菜 1	辣炒包菜	150	
2		150	
3	油面筋毛白菜	150	
特色招牌	麻辣烫	份	
风味小吃	牛肉粉丝汤	碗	
主食	白米饭	份	
汤	平菇蛋汤		
晚餐			
序号	品名	重量/克	
大荤 1	糯米蒸肉圆	150	
2	剁椒蒸鱼块	150	
小荤 1	小炒千叶豆腐	150	
2	芹菜炒肉丝	150	
蔬菜 1		150	
2	航白菜豆皮	150	
特色招牌			
风味小吃		碗	
主食	白米饭	份	
汤	黄瓜蛋汤		

常州龙城高级中学菜单—11.6

早餐

序号	品名	规格	
1	红豆粥	碗	
2		碗	
3	豆浆	碗	
4	玉米馒头	个	
5	鲜肉大包子	个	
6	菜包	个	
7	鸡蛋类	茶叶蛋	
		白煮蛋	
		煎蛋	
8	咸菜煎饼	根	
9	萝卜丝小酥饼	个	
10	三鲜小煎饺	个	
11	千层饼	个	
12	烧卖	个	

中餐

序号	品名	重量/克	
大荤 1	萝卜烧肉	150	
2	菠萝 里脊肉	150	
3		150	
4		150	
小荤 1		150	
2	西红柿烧豆腐	150	
3	鱼香肉丝	150	
蔬菜 1		150	
2	清炒土豆丝	150	
	蒜泥苋菜	150	
特色招牌	麻辣烫	份	
风味小吃	牛肉粉丝汤	碗	
主食	白米饭	份	
汤	紫菜蛋汤		

晚餐

序号	品名	重量/克	
大荤 1	红烧鸡腿	150	
2	酱鸭	150	
小荤 1	莴笋炒炒山药	150	
2	蒜蓉粉丝蒸豆角	150	
蔬菜 1	青菜油面筋	150	
2	酸辣海带丝	150	
特色招牌		份	
风味小吃		碗	
主食	白米饭	份	
汤	紫菜蛋汤		

常州龙城高级中学菜单— 11.7			
早餐			
序号	品名	规格	
1		碗	
2	杂粮粥	碗	
3	豆浆	碗	
4	辣花卷	个	
5	鲜肉大包子	个	
6	菜包	个	
7	鸡蛋类	茶叶蛋	
		白煮蛋	
		煎蛋	
8	油条	根	
9	红薯	个	
10	海带丝鸡蛋卷饼	个	
11	蛋挞	个	
12	豆沙包	个	
中餐			
序号	品名	重量/克	
大荤 1	百叶结烧肉	150	
2		150	
3	锅包肉	150	
4		150	
小荤 1	虾仁炖鸡蛋	150	
2		150	
3	花菜炒肉片	150	
蔬菜 1		150	
2	炆炒毛白菜	150	
3	酸辣土豆丝	150	
特色招牌	酸辣粉	份	
风味小吃	牛肉粉丝汤	碗	
主食	白米饭	份	
汤	番茄蛋汤		
晚餐			
序号	品名	重量/克	
大荤 1	红烧大排	150	
2	香酥鸡腿	150	
小荤 1	莴苣木耳鸡蛋	150	
2	年糕烧肉片	150	
蔬菜 1	蒜泥蒸金针菇	150	
2	大白菜油面筋	96	
特色招牌	酸菜鱼	份	
风味小吃	爆炒猪肝面	碗	
主食	白米饭	份	
汤	青菜榨菜蛋汤		

常州龙城高级中学菜单—11.8			
早餐			
序号	品名	规格	
1	白粥	碗	
2	豆浆	碗	
3	煎饺	个	
4	黑米馒头	个	
5	鲜肉大包子	个	
6	菜包	个	
7	鸡蛋类	茶叶蛋	
		白煮蛋	
		煎蛋	
8	糍糕	个	
9	玉米	个	
10	鸡肉饼	个	
11	南瓜糕	个	
12	烧卖	个	
中餐			
序号	品名	重量/克	
大荤 1	海带结烧排骨	150	
2		150	
3		150	
4	口水鸡	150	
小荤 1	西红柿炒鸡蛋	150	
2		150	
3	豇豆茄子	150	
蔬菜 1	酸辣土豆丝	150	
2		150	
3	蒜泥生菜	150	
特色招牌	酸辣粉	份	
风味小吃	牛肉粉丝汤	碗	
主食	白米饭	份	
汤	虾米萝卜丝蛋汤		
晚餐			
序号	品名	重量/克	
大荤 1	红烧肉元	150	
2	土豆烧鸭块	150	
小荤 1	青椒毛豆肉丝	150	
2	山药木耳炒蛋	150	
蔬菜 1	大白菜油豆腐	150	
2	香菇青菜	150	
特色招牌		份	
风味小吃	爆炒腰花面	碗	
主食	白米饭	份	
汤	冬瓜海带蛋汤		

