

幼 儿 食 谱

2021 年 11 月 1 日至 11 月 5 日 第十周

时间 餐	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早点	三明治 养乐多	鲜牛奶 腰果	鲜牛奶 小曲奇	鲜牛奶 巴旦木	鲜牛奶 一口脆
中餐		水煮虾 娃娃菜干丝 炒肉片 萝卜蟹柳羹 大米饭	素肠烧肉 茄汁花菜 芹菜米鱼羹 大米饭	红烧鸡中翅 莴苣海鲜菇 炒虾仁 菠菜猪肝汤 大米饭	扬州炒饭 土豆山药排骨 汤
代替餐					
餐后水果	香蕉	火龙果	梨	哈密瓜	苹果
午点	八宝粥 五香卤蛋	红豆汤 南瓜包	青菜肉丝面疙瘩	红枣水 蛋糕	黑米粥 鸡蛋干