

幼 儿 食 谱
2021 年 10 月 8 日至 10 月 15 日 第六、七周

餐次 时间	星期五	星期六	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早点	鲜牛奶 小曲奇	鲜牛奶 巴旦木	鲜牛奶 小曲奇	鲜牛奶 腰果	鲜牛奶 奥利奥	鲜牛奶 葡萄干	鲜牛奶 麦芽饼
中餐	鳕鱼排 耗油西兰花 番茄土豆汤 大米饭	油腐烧肉 松瓜炒木耳 鸭血豆腐羹 大米饭	杨梅球 金玉满堂 一品海鲜羹 大米饭	油爆大虾 莴笋丝炒蛋 土豆猪蹄汤 红豆大米饭	本帮红烧肉 西葫芦炒香 干 冬瓜蛤蜊汤 大米饭	酱汁玉秃 炒三丁 丝瓜粉丝汤 紫米饭	五彩缤纷面 条 卤蛋
代替餐				小鸡腿		肉末蒸蛋	
餐后水果	哈密瓜	香蕉	葡萄	哈密瓜	香蕉	苹果	梨
午点	绿豆汤 一口包	番薯粥 鸡蛋干	红枣水 小米糕	紫薯粥 蒸玉米	水果枸杞汤 小西点	番茄肉丝面 疙瘩	南瓜粥 五香豆腐干