

# 幼 儿 食 谱

2021 年 11 月 8 日至 11 月 12 日 第十一周

| 时间<br>餐次 | 星期一                          | 星期二                            | 星期三                              | 星期四                                     | 星期五              |
|----------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| 早点       | 鲜牛奶<br>日食小圆饼                 | 鲜牛奶<br>巴旦木                     | 鲜牛奶<br>奥利奥                       | 鲜牛奶<br>一口脆                              | 鲜牛奶<br>麦芽饼       |
| 中餐       | 杨梅球<br>西芹炒腰果<br>海带豆腐汤<br>大米饭 | 香酥鳕鱼<br>莴笋丝炒蛋<br>夜开花肉丝羹<br>大米饭 | 红烧小方肉<br>西葫芦炒黑木耳<br>冬瓜虾皮汤<br>大米饭 | 葱油玉秃<br>胡萝卜黑木耳炒<br>鸡蛋<br>玉米山药排骨汤<br>大米饭 | 花色牛肉炒饭<br>娃娃菜面筋汤 |
| 代替餐      |                              |                                |                                  |                                         |                  |
| 餐后水果     | 橙子                           | 哈密瓜                            | 香蕉                               | 苹果                                      | 香梨               |
| 午点       | 蜜枣红豆汤<br>小米糕                 | 桂花番薯粥<br>五香花生米                 | 水果枸杞汤<br>小面包                     | 菜蔬蝴蝶面                                   | 黑米粥<br>鸡蛋干       |