

幼 儿 食 谱

2020 年 9 月 14 日至 9 月 18 日第三周

时间 餐次	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 +巴坦木	鲜牛奶+小蛋糕	鲜牛奶+腰果	鲜牛奶+麦芽饼
中餐	红烧肉炖萝卜 蚝油香菇西兰 番茄豆腐汤	红薯大米饭 清蒸米鱼 莴笋炒蛋 海带筒骨汤	菠萝咕老肉 木耳炒山药 香芹牛肉粉丝 汤	肉末蒸蛋 三 色 烩 冬瓜花蛤汤	排骨糯米焖饭 花菜虾仁豆腐羹
餐后水果	冬枣	雪梨	香蕉	西梅	桂圆
午点	红枣小米粥+鹌 鹑蛋	番茄肉丝面疙瘩	枸杞银耳汤+ 蒸蛋糕	红豆 南瓜汤+小葱卷	紫薯粥+玉米