**幼儿第一周食谱**

（2023.9.4——2023.9.8）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **名称****时间** | **一** | **二** | **三** | **四** | **五** |
| **早****点** | **牛 奶****腰 果****饼 干** | **酸 奶****蛋 糕** | **牛 奶****核桃仁****饼 干** | **酸 奶****夹心面包** | **牛 奶****开心果****饼 干** |
| **午****餐** | **黑米饭****金针菇肥牛****油麦菜炒香菇****鸭血粉丝汤** | **燕麦饭****清蒸鸦片鱼****蒜茸空心菜****番茄鸡蛋汤** | **意大利面****茶树菇老鹅汤** | **红豆饭****圆椒炒猪肝****油面筋大白菜****裙带菜虾米豆腐汤** | **花生饭****鹌鹑蛋红烧肉****莴苣胡萝卜炒虾糕****鸡毛菜山药肉丝汤** |
| **水****果** | **阳光葡萄** | **翠冠梨** | **哈密瓜** | **火龙果** | **苹 果** |
| **午****点** | **黑芝麻汤圆** | **小米红薯杂粮粥** | **青菜肉丝粥** | **五彩疙瘩汤** | **安井奶黄包****红枣银耳羹** |

 **常州市新北区新桥街道中心幼儿园**