**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**