第四周幼儿食谱

（2023.9.25——2023.9.28）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日****期** | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| **早****点** | **牛奶****腰果****黑米糕****海盐饼干/日式小圆饼** | **牛奶****红豆吐司****数字饼干/优冠饼干** | **酸奶****核桃仁****苏打饼干/日式小圆饼/香脆饼干** | **牛奶****煮鸡蛋****小甜甜面包** | **中****秋****节** |
| **午****餐** | **燕麦饭****牛仔骨炒年糕****空心菜炒百叶****鸡蛋丝瓜汤** | **玉米饭****清蒸鸦片鱼****莴苣豆干炒胡萝卜丝****鸡毛菜菌菇汤（蘑菇、金针菇）** | **意大利面（西兰花、青菜、五花肉、番茄）****三鲜汤** | **南瓜饭****鸭胗肝炒茭白木耳包菜炒粉丝****猪蹄海带冬瓜汤** |
| **午****点** | **番茄青菜肉丝面** | **虾仁牛肉玉米蒸饺** | **八宝粥** | **月饼** |
| **水****果** | **圣女果****香蕉** | **柚子****秋月梨** | **火龙果****苹果** | **橘子****哈蜜瓜** |