**第五周幼儿食谱**

（2023.10.7——2023.10.13）

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日****期** | 星期六 | 星期日 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| **早****点** | **牛奶****牛角包/****奥利奥饼干/****海盐饼干** | **牛奶****核桃仁****达能饼干/****日式小圆饼/香脆饼干** | **牛奶****沙琪玛****苏打饼干/****日式小圆饼** | **牛奶****开心果/****松香卷蛋糕/****小熊饼干/****熊字饼干** | **牛奶****腰果****苏打饼干/****夹心饼干/****香脆饼干** | **牛奶****蛋糕/****闲趣饼干/****曲奇饼干** | **牛奶****蒸红薯****奥利奥/****苏打饼干** |
| **午****餐** | **黑米饭****番茄龙利鱼****上汤苋菜****西湖牛肉羹** | **小米饭****翅中鹌鹑蛋****上汤娃娃菜****菠菜粉丝汤** | **藜麦饭****红烧罗氏虾****韭菜炒银芽** **美味罗宋汤** | **大米饭****大蒜胡萝卜炒猪心****佛手瓜炒鸡蛋****肉末青菜豆腐汤** | **扬州炒饭****仔排玉米莲藕汤** | **红豆饭****土豆炖牛肉****毛白菜炒油面筋****山药木耳鸽子茶树菇汤** |  **花生饭****百叶卷肉****油麦菜炒木耳****银鱼鸡蛋羹** |
| **午****点** | **笃烂面** | **红糖发糕** | **赤豆小元宵** | **烧麦** | **银耳雪梨羹****猪猪包** | **虾仁瘦肉粥** | **紫菜鲜肉小馄饨** |
| **水****果** | **红提****苹果** | **冬枣****翠冠梨** | **白火龙果****橘子** | **香蕉****哈密瓜** | **猕猴桃****小番茄** | **西梅****苹果** | **甜橙****柚子** |