**幼儿第八周食谱**

（2023.10.23——2023.10.27）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 名称  时间 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 早  点 | **牛奶**  **煮鸡蛋**  **鲜奶早餐原味饼干**  **/比萨薄饼** | **牛奶**  **腰果**  **椒盐酥饼干**  **/大奶牛饼干**  **/骨汤小小饼** | **牛奶**  **蒸芋头**  **比萨薄饼/香葱皇饼干** | **牛奶**  **吐司面包**  **骨汤小小饼**  **/比萨薄饼** | **牛奶**  **核桃仁**  **黑麦海盐饼干**  **/鲜奶早餐原味饼干**  **/闲趣饼干** |
| 午  餐 | **黑米饭**  **金针肥牛**  **黄瓜炒鸡蛋**  **生菜粉丝汤** | **藜麦饭**  **多彩虾仁**  **菠菜炒蘑菇**  **猪蹄黄豆山药汤** | **排骨焖饭（猪小排、小白菜、胡萝卜、玉米粒）**  **板栗焖老鹅汤** | **小米饭**  **大蒜炒鸭胗肝 莴苣胡萝卜炒虾糕**  **裙带菜肉末豆腐汤** | **葡萄干蒸饭**  **油面筋塞肉**  **毛白菜炒香干**  **荠菜鱼丸汤** |
| 午  点 | **重阳糕** | **五彩疙瘩面** | **八宝粥** | **百合红薯甜汤** | **奶油夹心面包** |
| 水  果 | **阳光玫瑰**  **苹果** | **冬枣**  **三红柚** | **蓝莓**  **香蕉** | **橘子**  **哈密瓜** | **猕猴桃**  **樱桃番茄** |

**常州市新北区新桥街道中心幼儿园**