**第十周食谱**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **星期一** | **星期二** | **星期三** | **星期四** | **星期五** |
| **幼儿** | **早****点** | **牛奶****咸蛋麻薯球****旺旺仙贝****比萨薄饼** | **牛奶****核桃仁****熊字饼干****/太平苏打****/葱油饼干** | **牛奶****蒸玉米****闲趣饼干****/比萨薄饼** | **牛奶****腰果****椒盐饼干****/黑芝麻薄趣干/康元饼干** | **牛奶****煮鸡蛋****熊字饼干****/猴菇饼干** |
| **午****餐** | **燕麦饭****土豆煨牛肉****有机花菜炒胡萝卜****生菜蘑菇肉沫汤** | **红薯饭****鹌鹑蛋红烧肉****平菇白萝卜烧豆腐****小青菜鱼丸汤** | **扬州炒饭（虾仁、青菜、玉米、胡萝卜、鸡蛋）****茶树菇老鸭汤** | **血糯米饭****茭白圆椒炒肚丝****大白菜炒面筋****菠菜粉丝汤** | **花生饭****清蒸鸦片鱼****青菜炒香菇****豆苗山药牛肉丸汤** |
| **午****点** | **黑芝麻汤圆** | **枣蓉核桃蛋糕****百吉福奶酪棒** | **芋头南瓜汤** | **小馄饨** | **猪肉糯米烧麦** |
| **水果** | **蓝莓、红柚** | **青提、小番茄** | **新疆冬枣、西梅** | **蜜桔、龙眼** | **小芭蕉、无籽红提** |

（2023.11.6——2023.11.10）