**幼儿第三周食谱**

（2024.3.04——2024.3.08）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **名称**  **时间** | **一** | **二** | **三** | **四** | **五** |
| **早**  **点** | **牛 奶**  **小甜甜面包** | **牛 奶**  **多样饼干（多选）**  **核桃仁** | **牛 奶**  **煮鸡蛋** | **牛 奶**  **小米糕** | **牛 奶**  **多样饼干（多选）**  **腰 果** |
| **午**  **餐** | **花生饭**  **土豆牛肉**  **毛白菜炒香菇**  **豆腐汤** | **红薯饭**  **清蒸鸦片鱼**  **肉沫包菜**  **荠菜山药木耳汤** | **排骨焖饭**  **萝卜木耳鸽子汤** | **燕麦饭**  **圆椒炒猪肝**  **菠菜炒蘑菇**  **虾皮紫菜汤** | **玉米饭**  **板栗焖老鹅**  **西兰花炒胡萝卜**  **鸡毛菜蛋花汤** |
| **午**  **点** | **红枣麦片粥** | **青菜肉丝面** | **百合南瓜汤** | **咸 粥** | **枣蓉核桃蛋糕** |
| **水**  **果** | **苹 果**  **猕猴桃** | **香 蕉**  **蓝 莓** | **哈密瓜**  **草 莓** | **樱桃番茄**  **橙 子** | **羊角蜜**  **砂糖橘** |

**常州市新北区新桥街道中心幼儿园**