**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**