**幼儿第一周食谱**

（2024.9.02——2024.9.06）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **名称****时间** | **一** | **二** | **三** | **四** | **五** |
| **早****点** | **鲜牛奶****多样饼干** | **酸牛奶****山 芋** | **鲜牛奶****小蛋糕** | **酸牛奶****南 瓜** | **鲜牛奶****多样饼干** |
| **午****餐** | **黑米饭****番茄土豆****炖牛肉****丝瓜炒蛋****豌豆苗蘑菇汤** | **燕麦饭****糖醋仔排****蒜茸空心菜****冬瓜海带虾米汤** | **花色炒饭****莲藕百叶****草鸡汤** | **藜麦饭****五彩虾仁****油面筋大白菜****鸡毛菜山药****肉丝汤** | **高粱米饭****青椒卤鸭胗****上汤苋菜****生菜鱼圆汤** |
| **午****点** | **黑芝麻汤圆** | **青菜肉丝粥** | **五彩疙瘩汤** | **枸杞绿豆****百合汤** | **安井奶黄包** |
| **水****果** | **白玉菇****人参果** | **香 蕉****柚 子** | **甜 橙****秋月梨** | **哈蜜瓜****雪莲果** | **苹 果****香 瓜** |

 **常州市新北区新桥街道中心幼儿园**