**广州市托儿所、幼儿园每周食谱(表10-1)**

第4周（ 2019 年3 月11日至 2019 年3月15日）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  星期项目 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 早餐 | **黄豆浆****肉菜包** | **肉菜螺粉****鹌鹑蛋** | **三鲜汤面****水晶饼** | **鲜牛奶****香葱面包****土鸡蛋** | **蚝豉瘦肉粥****咸方包** |
| 水果餐 | **火龙果** | **苹果** | **香蕉** | **巴西柑** | **青枣** |
| 午餐 | **木须肉****骨头土茯苓薏米红枣杞子汤****米饭** | **番茄拌牛肉滑蛋****骨头红萝卜马蹄汤****米饭** | **香葱肉蓉焖南瓜****骨头剑花汤****大米+荞麦饭** | **香焖鸡中翅****盐水菜心****骨头荷包豆汤****米饭** | **菜心肉丝炒排粉****青瓜蛋花汤** |
| 午点 | **桂圆黑米粥** | **鲜牛奶****黄金面包** | **甜玉米** | **猪肝瘦肉河粉** | **燕塘酸奶****三角蛋糕** |