**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** |