**广州市托儿所、幼儿园每周食谱(表10-1)**

第 8周（ 2019年4月8日至 2019 年4月12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****花生芝麻包** | **红萝卜瘦肉蝴蝶粉****鹌鹑蛋** | **虾皮菠菜瘦肉汤面****胡萝卜棒** | **鲜牛奶****肉松面包****土鸡蛋** | **皮蛋瘦肉粥****糯米卷** |
| 水果餐 | **火龙果** | **贡梨** | **香蕉** | **苹果** | **圣女果** |
| 午餐 | **番茄肉沫炒蛋****骨头芥菜汤****米饭** | **莴笋焖肉****骨头黄花菜汤****米饭** | **冬瓜蒲****骨头虫草花汤****大米+荞麦** | **香焖鸡中翅****盐水菜心****骨头沙参玉竹薏米汤****米饭** | **芽菜肉丝炒排粉****青瓜蛋花汤** |
| 午点 | **八宝粥** | **鲜牛奶****香葱面包** | **香滑麦片粥** | **芝麻糊****小馒头** | **燕塘酸奶****纸杯蛋糕** |