**广州市托儿所、幼儿园每周食谱(表10-1)**

第 9周（ 2019年4月15日至 2019 年4月19日）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  星期项目 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 早餐 | **黑豆浆****肉菜包** | **番茄瘦肉方粉****鹌鹑蛋** | **虾皮肉菜汤面****水晶饼** | **鲜牛奶****香芋面包****土鸡蛋** | **红萝卜香菇瘦肉粥****大理石面包** |
| 水果餐 | **贡梨** | **杨桃** | **圣女果** | **香蕉** | **西瓜** |
| 午餐 | **木须肉****骨头海带黄豆汤****米饭** | **椰菜花焖牛肉丸****骨头扁豆芡实汤****米饭** | **草菇肉沫焖豆腐****骨头南瓜汤****大米+黑米** | **西红柿焖鸡****骨头眉豆花生汤****米饭** | **多味饭****枸杞菜蛋花汤** |
| 午点 | **红枣杞子小米粥** | **鲜牛奶****豆沙面包** | **地瓜大米粥** | **绿豆薏米粥** | **燕塘酸奶****小蛋糕** |