**广州市托儿所、幼儿园每周食谱(表10-1)**

第 10周（ 2019年4月22日至 2019 年4月26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****莲蓉包****爆浆麻薯** | **香菇肉菜螺粉****鹌鹑蛋** | **虾皮肉菜汤面****小馒头** | **鲜牛奶****黄金面包****土鸡蛋** | **淡菜瘦肉粥****小旦戟蛋糕** |
| 水果餐 | **火龙果** | **圣女果** | **哈密瓜** | **香蕉** | **西瓜** |
| 午餐 | **丝瓜炒滑蛋****骨头茯苓芡实薏米汤****米饭** | **茄子焖排骨****骨头剑花汤****米饭** | **玉米粒蒸肉饼****罗宋汤****大米+糙米** | **香焖鸡中翅****盐水菜心****骨头海底椰无花果汤****米饭** | **芽菜肉丝捞粉****紫菜蛋花汤** |
| 午点 | **桂圆糯米粥** | **鲜牛奶****椰汁面包** | **猪肝瘦肉通心粉** | **菜干瘦肉粥** | **燕塘酸奶****椰挞** |