**广州市托儿所、幼儿园每周食谱(表10-1)**

第 15周（ 2019年5月27日至 2019 年5月31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**  **花生芝麻包**  **牛奶面包** | **冬瓜瘦肉煮方粉**  **鹌鹑蛋** | **虾皮红萝卜汤面**  **小馒头** | **鲜牛奶**  **三角蛋糕**  **土鸡蛋** | **纯牛奶**  **蛋挞**  **提子方包** |
| 水果餐 | **火龙果** | **圣女果** | **提子** | **西瓜** | **香蕉** |
| 午餐 | **红萝卜玉米肉沫炒蛋**  **鱼头木瓜汤**  **米饭** | **黄花菜木耳肉沫焖豆腐**  **骨头霸王花蜜枣汤**  **米饭** | **番茄焖排骨**  **骨头黄豆汤**  **大米+燕麦** | **土豆焖鸡**  **骨头赤小豆祛湿豆土茯苓汤**  **米饭** | **放 假** |
| 午点 | **红豆薏米燕麦粥** | **鲜牛奶**  **肉松面包** | **青菜肉沫贝壳粉** | **红枣杞子小米粥** |