**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** |