

第二周幼儿食谱

苏州市虎阜实验幼儿园

日期：2024. 2. 26—2024. 3. 1

| 日期 | 2.26                               | 2.27                               | 2.28                        | 2.29                             | 3.1                                |
|----|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| 星期 | 周一                                 | 周二                                 | 周三                          | 周四                               | 周五                                 |
| 早点 | 鲜牛奶<br>牛角面包/华夫饼（自选）<br>葡萄干/脆冬枣（自选） | 鲜牛奶<br>玉米刀切/豆沙包（自选）<br>腰果/每日坚果（自选） | 鲜牛奶<br>蒸山药/蒸玉米（自选）<br>波力海苔  | 鲜牛奶<br>蒸饺/猪肉烧麦（自选）<br>草莓干/腰果（自选） | 鲜牛奶<br>蒸红薯/煮鸡蛋（自选）<br>蟹香豆瓣/葡萄干（自选） |
| 中餐 | 米饭<br>甜椒牛里脊<br>鲜菇炒青菜<br>芹菜木耳肉丝汤    | 彩汤年糕<br>煮鹌鹑蛋                       | 米饭<br>糖醋仔排<br>素炒香芹<br>菌菇豆腐汤 | 米饭<br>虾仁鸡蛋肉糕<br>白灼西兰花<br>西湖牛肉羹   | 燕麦米饭<br>茄汁肉片<br>双色甘蓝<br>鸭血粉丝汤      |
| 午点 | 爱维尔奶香卷<br>香蕉                       | 小米南瓜粥<br>果冻橙                       | 红豆薏米麻薯包<br>耙耙柑              | 番茄肉丝手工面<br>苹果                    | 肉松花卷<br>红提                         |