

日期	12.27	12.28	12.29	12.30	12.31
星期	周一	周二	周三	周四	周五
早点	新希望鲜牛奶 华夫饼、雪饼、高钙饼干 腰果	新希望鲜牛奶 小熊饼、软面包、高钙饼干 葡萄干	新希望鲜牛奶 奥利奥、羊角面包 真芝棒奶酪	新希望鲜牛奶 奥利奥、华夫饼、小熊饼 每日坚果	新希望鲜牛奶 奥利奥、雪饼、高钙饼干 开心果
午餐	白米饭 番茄虾仁 香干花椰菜 手工蛋饺粉丝汤	白米饭 三杯鸡翅中 蘑菇青菜 酸甜罗宋汤	扬州炒饭 卤汁豆腐干 蘑菇鸽子汤	白米饭 咖喱土豆牛肉 酸汤包菜 紫菜豆干汤	玉米米饭 糖醋仔排 三色腰果西葫芦 西红柿蛋汤
午点	白菜香菇鸡粥 香蕉	桂花红薯芋艿甜汤 哈密瓜	鸡毛菜鲜肉馄饨 小番茄	玉米蒸饺 蜜桔	提子蛋糕 火龙果

鸽子：鸽肉含有的、铁、铜等矿物质及维生素 A、B、E 等营养素的含量都非常高。同时，鸽肉具有高蛋白低脂肪的特点，且蛋白质的消化吸收率较高，其中含有的支链氨基酸和精氨酸可促进人体内蛋白质的合成。