

# 临江中心幼儿园食谱

餐点	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐	燕麦瘦肉粥 鸡蛋	胡萝卜瘦肉香菇米粉	蛋糕 豆浆	鲜香菇肉丝银虾河粉	鹌鹑蛋 瘦肉大米小米萝卜粥
早餐材料	大米、燕麦、瘦肉、鸡蛋	胡萝卜、瘦肉、米粉、干香菇	蛋糕、黄豆、白糖	鲜香菇、瘦肉、河粉、银虾	鹌鹑蛋、瘦肉、山西小黄米、大米、胡萝卜
午餐	米饭 胡萝卜云耳红烧肉 炒绿豆芽 莲藕淮山龙骨汤	米饭 香菇豆腐肉沫 炒小白菜 枸杞 红枣鸡汤	米饭 香葱肉沫蒸水蛋 焖土豆 玉米胡萝卜莲藕猪排骨汤	米饭 梅菜蒸肉饼 炒香麦 莲藕淮山玉米龙骨汤	米饭 土豆焖鸡腿 炒香麦 黄豆海带龙骨汤
午餐材料	米饭、绿豆芽、云耳、五花肉、莲藕、淮山、龙骨、瘦肉、胡萝卜	米饭、瘦肉豆腐、鲜香菇、小白菜、枸杞、红枣、鸡	米饭、瘦肉、香葱、鸡蛋、土豆、玉米、胡萝卜、猪排骨、莲藕	米饭、梅菜、瘦肉、香麦、莲藕、淮山、龙骨	米饭、土豆、鸡腿、小白菜、黄豆、海带、龙骨
午点	苹果	肉沫番茄汤面 (瘦肉、面、番茄)	龙香牌莲蓉包 红枣银耳杞子汤 (红枣、银耳、白糖、枸杞子)	肉丸胡萝卜通心粉 (肉丸、胡萝卜、通心粉、鲜香菇、葱花)	蛋糕王子面包 学生鲜牛奶