**后宅中心幼儿园第23周菜谱（2月1日—2月4日）**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **星期** | **早餐** | **早点** | **午餐** | **午点** | **晚餐** | **晚托** |
| **星期一** | **黑米粥 烧卖****鸡蛋 奶黄包** | **牛奶** | **萝卜炖仔排** **芹菜炒香干****冬瓜虾米汤 小米饭** | **五香鹌鹑蛋** | **红烧鱼块 清炒莴笋** **海带排骨汤** | **香梨****铜锣烧** |
| **星期二** | **炒粉干****豆浆** | **豆浆** | **茶树菇炖老鸭****西红柿炒鸡蛋 青菜豆腐汤**  **燕麦饭**  | **橙子****华夫饼** | **红烧明虾****肉丝炒芹菜 紫菜虾皮汤** | **红豆汤** |
| **星期三** | **稀饭****粽子** **蒸饺** | **沙糖桔****旺仔小馒头****吐司** | **五香猪肝 素炒西兰花 紫菜蛋花汤 玉米渣饭** | **八宝粥** | **干菜扣肉****黑木耳炒山药****胡萝卜玉米汤** |  |
| **星期四** | **稀饭****包子** |  | **咖喱牛肉 椒盐仔排 玉米排骨汤****香梨** |  | **清蒸鸦片鱼头****雪菜冬笋****哈密瓜** |  |
| **星期五** |  |  |  |  |  |  |