

<<幼儿营养食谱>>

图书基本信息

书名：<<幼儿营养食谱>>

13位ISBN编号：9787507511703

10位ISBN编号：7507511707

出版时间：2001-05

出版时间：华文出版社

作者：北京市宣武区学前教育工作领导小组办公室

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<幼儿营养食谱>>

内容概要

本书所收录的食谱是北京市宣武区各幼儿园在幼儿营养工作实践中总结出来的部分成果。这些食谱强调了按照幼儿生长发育的要求合理搭配各种营养素，同时强调了适合幼儿饮食的色、香、味与造型特点，书中所选的这些食谱，多为家常菜点，容易制作，适合3~6岁幼儿饮食，可供幼儿园及广大家长参考。

<<幼儿营养食谱>>

书籍目录

序

一、副食类食谱

- 1.糖醋金银丝
- 2.樱桃肉
- 3.肉炒香菇油菜
- 4.香菇油豆腐
- 5.蒸太阳肉
- 6.松肉
- 7.鸡刨豆腐
- 8.枇杷丸子
- 9.香酥翅中
- 10.过油肉
- 11.多彩虾仁
- 12.雪花豆腐
- 13.茄汁肉片山药
- 14.余羊肉丸子
- 15.虾皮炒菠菜
- 16.白菜肉卷
- 17.西芹酱肉
- 18.椒盐冬瓜
- 19.鸡皮蛋饺
- 20.可乐鸡翅
- 21.太阳肉
- 22.翅炖双冬
- 23.肉片黄瓜炒圆蘑
- 24.糖醋圆白菜
- 25.茄汁丸子
- 26.翡翠芙蓉
- 27.芹菜拌腐竹
- 28.糖醋胡萝卜丁
- 29.炸鸡排
- 30.三色蛋羹
- 31.爆五彩丁
- 32.鱼香萝卜
- 33.地三鲜
- 34.海米冬瓜
- 35.花椒油葛笋丝
- 36.香菇炖豆腐
- 37.西红柿炒鸡蛋
- 38.烤肉
- 39.炒四宝
- 40.芙蓉鸡片
- 41.菊花茄子
- 42.樱桃虾仁
- 43.三丁炒毛豆

<<幼儿营养食谱>>

- 44.清蒸平鱼
- 45.酱肉炒油菜
- 46.核桃仁烧丝瓜
- 47.太阳蛋
- 48.蜂蜜偏鸡蛋
- 49.西兰花炒虾仁
- 50.茄汁馏肉片
- 51.茭白炒鸡蛋
- 52.肉烧西葫芦
- 53.肉片面筋菠菜
- 54.胡萝卜烧牛肉
- 55.海带肉丝
- 56.糖醋茄子
- 57.红白豆腐
- 58.猫眼丸子
- 59.珍珠丸子
- 60.黄瓜炒蟹棒
- 61.五彩缤纷
- 62.凤尾虾球
- 63.五彩里脊丝
- 64.碧绿鸡球
- 65.松仁玉米
- 66.香酥鸡柳
- 67.茄汁冬瓜排
- 68.酱爆鸡丁
- 69.烧二冬
- 70.糖醋藕片

二、主食类食谱

- 1.两样面馒头
- 2.云层馒头
- 3.胡萝卜肉馅饺子
- 4.奶香煎饼
- 5.鸡蛋饼
- 6.胡萝卜鸡蛋饼
- 7.豌豆黄
- 8.糖卷果
- 9.加馅塔糕
- 10.麻酱糖花卷
- 11.烤大虾
- 12.芝麻蜂糕
- 13.碎金饭
- 14.核桃酥
- 15.秋叶肉菜色
- 16.红虎皮蛋糕
- 17.幸运球
- 18.白虎皮蛋糕
- 19.花瓣糕

<<幼儿营养食谱>>

- 20.葵花糕
 - 21.麒麟酥棍
 - 22.双色卷
 - 23.四喜卷
 - 24.炸回头
 - 25.丰收饼
 - 26.打卤面
 - 27.芸豆糕
 - 28.腐乳卷
 - 29.石榴包
 - 30.五彩蛋饼
 - 31.萝卜丝糕
 - 32.蛋酥球
 - 33.桃酥
 - 34.双色夹沙蛋糕
 - 35.烫面蒸饺
 - 36.五彩花糕
 - 37.烤虎皮蛋糕
 - 38.萨其马
 - 39.果仁蛋糕
 - 40.果丁小甜窝头
 - 41.可可卷
 - 42.阿胶枣玉米糕
 - 43.碎金馒头
 - 44.香葱卷
 - 45.什锦糖包
 - 46.龙眼包
 - 47.小坦克
 - 48.开花馒头
 - 49.蛋卷
 - 50.开口笑
 - 51.白皮酥
 - 52.酥皮
 - 53.樱花包
 - 54.黄油酥
 - 55.和平鸽
 - 56.梅花酥
 - 57.小佛手
 - 58.葱花卷
 - 59.双色千层饼
 - 60.盏碗
 - 61.苹果酥
 - 62.龙须包
- 三、羹汤类食谱
- 1.西红柿豆腐羹
 - 2.鱼头豆腐汤
 - 3.豆腐海带丝汤

<<幼儿营养食谱>>

- 4.珍珠银耳汤
- 5.番茄芙蓉汤
- 6.菠菜粉丝汤
- 7.虾皮紫菜蛋汤
- 8.肉丝青菜豆腐汤
- 9.棒骨菠菜汤
- 10.土豆番茄牛肉汤
- 11.鸡蛋银耳汤
- 12.香菜冬瓜汤
- 13.小萝卜丝汤
- 14.翡翠白玉汤
- 15.鸡蛋紫菜汤
- 16.西湖牛肉羹
- 17.芙蓉鲜菜汤
- 18.紫菜海米汤
- 19.银耳冰糖莲子羹
- 20.豆苗鸡蛋汤
- 21.豆腐木耳香菜蛋汤
- 22.冬瓜丸子汤
- 23.翡翠蛋花汤
- 24.丝瓜虾皮汤
- 25.冬瓜虾丸汤

附录一 托幼机构儿童每天每人食物供给量参考

附录二 进餐时间与食物搭配表

附录三 0~7岁儿童每日膳食中营养素供给量(不分性别平均量)

附录四 部分食物互换表

附录五 简易食物成分表

后记

<<幼儿营养食谱>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>