

嘉基托嬰中心114年11月餐點表

時 間		早 上 點 心		午 餐	下 午 點 心	
第二週	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
3	一	食物泥	花椰菜吻魚麵條	蘑菇雞柳、芋頭炒三色時蔬、清炒時蔬、魚丸蘿蔔湯	蘑菇蘿蔔粥	馬鈴薯煎餅
4	二	食物泥	娃娃菜芋頭雞肉粥	三杯雞、玉米炒豆乾丁、時令蔬菜、冬瓜魚皮湯	冬瓜玉米粥	芋頭饅頭
5	三	食物泥	絲瓜枸杞紅絲粥	香菇筍絲羹飯(香菇、筍絲、豆腐、木耳)、季節時蔬	蓮藕香菇雞肉粥	蓮藕香菇雞肉粥
6	四	食物泥	白蘿蔔玉米雞肉粥	糖醋魚、金沙南瓜杏包菇、季節蔬菜、大黃瓜豆皮湯	大黃瓜木耳粥	地瓜鬆餅
7	五	食物泥	彩椒木耳雞肉粥	日式親子丼、玉米粒炒菜豆、蒜味時蔬、鮮魚味噌湯	毛豆紅絲粥	紅豆紫米粥
第三週	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
10	一	食物泥	菠菜紅絲鯛魚麵線	味噌燒雞腿、蔥香百頁豆腐、當季蔬菜、四神湯	高麗菜紅絲粥	蔬菜小飯糰
11	二	食物泥	番茄豆腐雞肉粥	茄汁豆包、家常滷味(豆干、小烏蛋、海帶)、清炒時蔬、金針肉絲湯	南瓜豆芽粥	黑糖螺絲捲
12	三	食物泥	櫛瓜玉米粥	咖哩鮮菇馬鈴薯、蔥香玉米蛋、家常白菜滷、味噌海帶芽湯	娃娃菜野菇雞肉粥	娃娃菜野菇雞肉粥
13	四	食物泥	花椰菜木耳雞肉粥	香噴噴雞肉飯、糖醋豆包、季節蔬菜、香菇瓜仔雞湯	毛豆香菇粥	手工蔥油餅
14	五	食物泥	高麗菜香菇雞肉粥	檸檬蒸鱸魚、小黃瓜炒魚版、蒜味時蔬、番茄豆腐湯	小黃瓜豆腐粥	南瓜小米粥
第四週	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
17	一	食物泥	青菜菜吻魚麵條	三杯杏包菇雞柳、野菇沙茶玉米、時令蔬菜、紫菜蛋花湯	蓮藕玉米粥	地瓜蒸糕
18	二	食物泥	番茄豆芽豬肉粥	南瓜燉肉、韭香魚板、田園蔬菜、十全排骨藥膳湯	南瓜洋蔥粥	五穀饅頭
19	三	食物泥	花椰菜香菇粥	什錦烏龍麵(紅蘿蔔、木耳、高麗菜、香菇)、季節時蔬、柴魚蘿蔔湯	高麗菜紅絲雞肉粥	高麗菜紅絲雞肉粥
20	四	食物泥	娃娃菜紅絲雞肉粥	木耳玉米炒肉片、日式蟹味蒸蛋、當季蔬菜、筍片丸子湯	芋頭香菇粥	果乾吐司
21	五	食物泥	秋葵木耳雞肉粥	絞肉炒雙丁(小黃瓜、馬鈴薯)、菇菇洋蔥滑蛋、蒜味時蔬、冬瓜蛤蜊湯	冬瓜菇菇粥	紅豆燕麥粥
第五週	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
24	一	食物泥	番茄木耳鯛魚麵線	洋蔥雞柳、紅蘿蔔炒蛋、當季時蔬、豆腐蛋花湯	洋蔥豆腐粥	蔬菜小飯糰
25	二	食物泥	白花椰紅絲豬肉粥	馬鈴薯燉豬肉、沙茶豆干、蒜味時蔬、蓮藕排骨湯	馬鈴薯香菇粥	芋頭包
26	三	食物泥	香菇豆芽粥	客家小炒、小黃瓜炒豆皮、當季蔬菜、四神湯	小黃瓜腐皮粥	法國吐司
27	四	食物泥	白菜玉米雞肉粥	感恩節大餐 - 烤雞、吐司、雞汁溫蔬菜、南瓜玉米濃湯	南瓜木耳粥	芝麻燕麥蒸糕
28	五	食物泥	南瓜毛豆雞肉粥	沙茶肉末豆腐、甜不辣炒三絲(紅蘿蔔、木耳、芹菜)、蒜味時蔬、柴魚蘿蔔湯	芹香芋頭粥	銀耳枸杞甜粥

※本中心副食品添加原則：採【循序漸進方式添加】依造孩子的咀嚼能力不同來設計軟硬適中的餐點。

(例：一歲以下提供泥、糊、粥，一歲以上提供粥、顆粒、條塊。)

※每週以蔬菜高湯熬煮新鮮美味的粥品。

※未滿一歲寶貝不給予吃全蛋食品。

※本中心使用的肉品皆為國產豬肉。

※每日提供季節時令水果，依月齡給予果泥、果丁、果片。

※若寶貝對食物有任何過敏的反應，請您告知中心。

