

嘉基托嬰中心114年09月餐點表

時 間		早 上 點 心		午 餐	下 午 點 心	
第一週	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
1	一	食物泥	彩椒鮭魚湯麵	玉米炒菇菇雞丁、糖醋百頁豆腐、清脆時蔬、蘿蔔排骨湯	蘿蔔菇菇粥	香蔥蔬菜煎餅
2	二	食物泥	番茄豬肉粥	洋蔥豬肉咖哩、椒鹽黃金豆包、時令時蔬、味噌豆腐湯	洋蔥豆腐粥	蜂蜜蛋糕
3	三	食物泥	娃娃菜紅絲粥	古早味鮮蔬羹麵(木耳、香菇、豆腐、筍絲)、季節蔬菜	高麗菜豬肉粥	高麗菜豬肉粥
4	四	食物泥	南瓜雞肉粥	糖醋魚片、滷味拼盤、時令時蔬、玉米排骨湯	玉米排骨粥	地瓜燕麥蒸糕
5	五	食物泥	茄子雞肉粥	毛豆炒肉末、紅燒豆腐、蒜香時蔬、大黃瓜丸子湯	大黃瓜毛豆粥	綠豆薏仁粥
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
8	一	食物泥	大黃瓜鯛魚麵線	醬香棒棒腿、菇菇炒馬鈴薯丁、蒜香時蔬、海帶鮮魚湯	馬鈴薯菇菇粥	原味鬆餅
9	二	食物泥	花椰菜豬肉粥	菇菇毛豆炒肉絲、鐵板豆腐、季節時蔬、紫菜蛋花湯	毛豆菇菇粥	黑糖饅頭
10	三	食物泥	青江菜木耳粥	日式高麗菜炊飯(香菇、毛豆、玉米、高麗菜)、蒜香時蔬、柴魚蘿蔔湯	絲瓜豬肉粥	絲瓜豬肉粥
11	四	食物泥	毛豆雞肉粥	三杯雞柳、木耳青椒炒魚板、時令時蔬、薑絲鮮魚湯	青椒木耳粥	紫薯燕麥蒸糕
12	五	食物泥	秋葵雞肉粥	梅干扣肉、金針菇炒玉米、時令蔬菜、蘿蔔貢丸湯	蘿蔔玉米粥	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
15	一	食物泥	娃娃菜吻魚麵線	馬鈴薯燉肉、玉米炒蛋、青翠時蔬、山藥排骨湯	山藥玉米粥	豬肉蔬菜煎餅
16	二	食物泥	冬瓜豬肉粥	青椒炒肉絲、醬燒百頁豆腐、時令蔬菜、冬瓜蛤蜊湯	冬瓜豆腐粥	葡萄乾吐司
17	三	食物泥	彩椒菇菇粥	奶油義大利麵(玉米、紅蘿蔔、花椰菜)、蒜香時蔬、南瓜玉米濃湯	南瓜豆芽豬肉粥	南瓜豆芽豬肉粥
18	四	食物泥	蘿蔔雞肉粥	瓜仔肉燥、鮮蔬馬鈴薯、蒜香時蔬、味噌小魚湯	馬鈴薯紅絲粥	地瓜燕麥蒸糕
19	五	食物泥	高麗菜雞肉粥	味噌高麗菜炒肉片、沙茶豆干、季節時蔬、大黃瓜丸子湯	大黃瓜菇菇粥	綠豆薏仁粥
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
22	一	食物泥	小白菜鮭魚麵條	筍乾滷肉、榨菜毛豆炒豆干丁、季節時蔬、蘿蔔排骨湯	蘿蔔毛豆粥	香蔥蔬菜煎餅
23	二	食物泥	花椰菜木耳豬肉粥	洋蔥咖哩雞丁、杏鮑菇燴彩豆、時令蔬菜、玉米豆腐湯	玉米豆腐粥	果乾饅頭
24	三	食物泥	番茄豆腐豬肉粥	日式炒麵(香菇、高麗菜、紅蘿蔔)、青翠時蔬、味噌鮮魚湯	高麗菜紅絲粥	奶香玉米蒸糕
25	四	食物泥	敏豆雞肉粥	洋蔥燉豬柳、毛豆燴鮮菇、蒜香蔬菜、蒜頭雞湯	毛豆鮮菇粥	毛豆鮮菇粥
26	五	食物泥	芹香菇菇雞肉粥	清蒸金針鱸魚、茄汁豆包、季節時蔬、山藥薏仁湯	山藥木耳粥	紅豆紫米粥
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
29	一	食物泥	彩椒吻魚粥	香菇肉燥、紅蘿蔔炒蛋、時令蔬菜、冬瓜蛤蜊湯	冬瓜紅絲粥	原味鬆餅
30	二	食物泥	絲瓜豬肉粥	蘑菇鐵板肉絲、滷味拼盤、蒜香蔬菜、金針肉絲湯	蘑菇毛豆粥	奶香銀絲卷

※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。

