

# 嘉基托嬰中心115年03月餐點表

		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
3/2	一	食物泥	地瓜葉吻魚麵線	芋頭燉豬肉、沙豆干絲、清炒時蔬、筍乾排骨湯		芹香芋頭粥	燕麥煎餅
3/3	二	食物泥	南瓜洋蔥豬肉粥	香菇蒜頭雞、三杯百頁、蒜味蔬菜、豆皮蘿蔔湯		蘿蔔香菇粥	黑糖螺絲捲
3/4	三	食物泥	茄子玉米粥	奶油白醬義大利麵(玉米、紅蘿蔔、洋蔥、蘑菇)、馬鈴薯玉米濃湯		白花椰木耳豬肉粥	白花椰木耳豬肉粥
3/5	四	食物泥	茼蒿紅絲雞肉粥	清蒸豆腐魚、小黃瓜炒魚板、田園蔬菜、香菇鳳梨雞湯		小黃瓜蘑菇粥	蜂蜜蛋糕
3/6	五	食物泥	筊白筍野菇雞肉粥	三杯豬肉片、土豆魯麵筋、當季食蔬、蓮藕丸子湯		蓮藕紅絲粥	紅豆燕麥粥
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
3/9	一	食物泥	青江菜鯛魚麵條	日式南瓜咖哩、三絲炒豆包、季節時蔬、芹香丸子湯		南瓜菇菇粥	玉米濃湯餃
3/10	二	食物泥	菠菜木耳豬肉粥	塔香三杯雞、韭香三色炒豆干、青翠時蔬、蘿蔔黑輪湯		蘿蔔玉米粥	銀絲卷
3/11	三	食物泥	白花椰香菇粥	鮮蔬豆腐羹(豆腐、大白菜、木耳)、清炒時蔬		娃娃菜金針豬肉粥	娃娃菜金針豬肉粥
3/12	四	食物泥	櫛瓜玉米雞肉粥	蒙古烤肉、香酥甜不辣、蔥爆蔬菜、大黃瓜丸子湯		大黃瓜紅絲粥	蔬菜小飯糰
3/13	五	食物泥	番茄木耳雞肉粥	古早味肉燥、芋頭炒三色、當季蔬菜、長年菜雞湯		芋頭香菇粥	薏仁大麥仁粥
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
3/16	一	食物泥	絲瓜枸杞吻魚麵線	木耳炒沙茶肉絲、金沙南瓜杏包菇、田園蔬菜、山藥薏仁排骨湯		娃娃菜紅絲粥	五穀饅頭
3/17	二	食物泥	茼蒿玉米筍豬肉粥	日式壽喜燒、毛豆炒豆干丁、清炒時蔬、洋蔥小魚味噌湯		毛豆洋蔥粥	南瓜煎餅
3/18	三	食物泥	南瓜香菇粥	台式鮮蔬蛋炒飯(香菇、玉米、高麗菜、蛋)、季節時蔬、蘿蔔豆皮湯		冬瓜豬肉木耳粥	冬瓜豬肉木耳粥
3/19	四	食物泥	茄子野菇雞肉粥	麻婆豆腐、醬香杏包菇、時令蔬菜、蒜味香菇雞湯		高麗菜紅絲粥	黑芝麻蒸糕
3/20	五	食物泥	筊白筍紅絲雞肉粥	馬鈴薯燉肉、蔥爆豆包、季節時蔬、小魚海帶芽湯		馬鈴薯香菇粥	黑糖銀耳枸杞粥
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
3/23	一	食物泥	青江菜鯛魚麵條	薑汁豬肉片、炒三絲、田園蔬菜、紫菜豆腐湯		高麗菜木耳粥	蘋果鬆餅
3/24	二	食物泥	白菜木耳豬肉粥	醬燒洋蔥肉絲、茄汁豆包、季節蔬菜、養生鮮菇湯		蓮藕鮮菇粥	芋頭包
3/25	三	食物泥	毛豆金針菇粥	日式鮮菇烏龍麵(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、木耳)、蒜味時蔬、海帶芽魚板湯		花椰菜豆腐豬肉粥	花椰菜豆腐豬肉粥
3/26	四	食物泥	櫛瓜玉米雞茸粥	鮮菇麻油雞、蒜味椒鹽豆腐、翠綠時蔬、冬瓜蛤蜊湯		冬瓜紅絲粥	葡萄乾吐司
3/27	五	食物泥	奶油黑葉白菜雞肉粥	洋蔥豬柳、紅蘿蔔炒蛋、當季蔬菜、白菜肉絲湯		白菜香菇粥	黑芝麻小米粥
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
3/30	一	食物泥	白菜吻魚麵線	醬香棒棒腿、沙茶玉米甜不辣、蒜味時蔬、蓮藕排骨湯		毛豆香菇粥	奶香玉米餅
3/31	二	食物泥	花椰菜香菇豬肉粥	味噌豆腐鮮魚、沙茶炒豆干、季節時蔬、蘿蔔玉米湯		蘿蔔玉米粥	紅豆饅頭

※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。

