

嘉基托嬰中心114年06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	
2	一	食物泥	絲瓜吻魚菇麵線	蒜泥白肉、茄汁甜不辣、季節時蔬、番茄蘿蔔湯	番茄蘿蔔粥	芝麻燕麥蒸糕	
3	二		地瓜葉香菇燉飯	蔥香肉絲、滷味拼盤、蒜味時蔬、味噌豆腐湯	毛豆豆腐粥	黑糖饅頭	
4	三		芋頭藜麥豬肉粥	日式鮮菇烏龍麵(香菇、洋蔥、高麗菜、紅蘿蔔)、蘿蔔鮮菇湯	蘿蔔鮮菇粥	蔬菜小飯糰	
5	四		小黃瓜金針菇粥	三杯雞杏鮑菇、吻仔魚煎蛋、清炒時蔬、大黃瓜丸子湯	大黃瓜菇粥	小米藜麥粥	
6	五		彩椒雞肉粥	菇菇肉燥、吻仔魚煎蛋、季節時蔬、小魚紫菜湯	芋頭紅絲粥	綠豆薏仁粥	
第二週			7~18個月	19~24個月		7~11個月	12~24個月
9	一		小松菜鯛魚麵	玉米炒雞丁、日式蒸蛋、蒜味時蔬、冬瓜排骨湯	冬瓜紅絲粥	香煎蔬菜薯餅	
10	二		茄子玉米粥	蘑菇鐵板豬柳、豆芽甜不辣、清炒時蔬、洋蔥豆腐湯	豆芽蘑菇粥	蔬菜麵疙瘩	
11	三		馬鈴薯番茄豬肉粥	奶香白醬義大利麵(紅蘿蔔、蘑菇、花椰菜)、季節時蔬、南瓜濃湯	南瓜木耳粥	紫薯煎餅	
12	四		花椰菜木耳粥	清蒸豆腐魚、三色豆干絲、蒜味時蔬、山藥薏仁排骨湯	山藥紅絲粥	紅棗栗子粥	
13	五		秋葵雞肉粥	日式咖哩、香酥百頁豆腐、季節時蔬、芋頭排骨湯	芋頭野菇粥	地瓜小米粥	
第三週			7~18個月	19~24個月		7~11個月	12~24個月
16	一		絲瓜枸杞麵線	馬鈴薯雞丁、紅蘿蔔炒蛋、清炒時蔬、大黃瓜豆皮湯	大黃瓜腐皮粥	芝麻燕麥蒸糕	
17	二		地瓜葉野菇燉飯	芋頭肉燥、三色豆薯、蒜味時蔬、香菇雞湯	芋頭香菇粥	黑糖饅頭	
18	三		芋頭芹香豬肉粥	香菇素羹(香菇、筍絲、木耳、紅蘿蔔)、季節時蔬	栗子南瓜粥	蔬菜小飯糰	
19	四		小黃瓜蝦皮粥	紅燒鱸魚、沙茶豆干、清炒時蔬、味噌海帶湯	海帶吻魚粥	小米藜麥粥	
20	五		彩椒雞肉粥	肉末燒豆腐、綜合滷味、當季食蔬、金針豆腐湯	毛豆香菇粥	綠豆薏仁粥	
第四週			7~18個月	19~24個月		7~11個月	12~24個月
23	一		小松菜吻魚麵	醬香滷棒腿、菇菇炒玉米、清炒時蔬、洋蔥豆腐湯	玉米香菇粥	香煎蔬菜薯餅	
24	二		茄子藜麥豆腐粥	芋頭燒肉、杏包菇百頁、蒜味時蔬、冬瓜枸杞湯	冬瓜枸杞粥	水煮蛋玉米	
25	三		馬鈴薯毛豆豬肉粥	韓式拌飯(紅蘿蔔、香菇、玉米、蛋)、季節時蔬、番茄豆腐湯	番茄豆腐粥	紫薯煎餅	
26	四		花椰菜香菇粥	茄汁豆包、芹菜炒豆乾、清炒時蔬、蘿蔔排骨湯	蘿蔔排骨粥	紅棗栗子粥	
27	五		秋葵紅絲雞肉粥	油豆腐肉燥、滑蛋鴻禧菇、當季食蔬、冬瓜蛤蜊湯	冬瓜吻魚粥	地瓜小米粥	
第五週			7~18個月	19~24個月		7~11個月	12~24個月
30	一		絲瓜鯛魚麵線	香菇燉雞丁、香蔥煎蛋、蒜味時蔬、味噌鮮魚湯	芋頭香菇粥	芝麻燕麥蒸糕	

※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。

