

嘉基托嬰中心114年10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	三	食物泥	花椰菜紅絲粥	日式鮮蔬烏龍麵(紅蘿蔔、香菇、高麗菜、木耳)、季節時蔬、芹香油豆腐蘿蔔湯	南瓜毛豆豬肉粥	南瓜毛豆豬肉粥
2	四	食物泥	高麗菜雞肉粥	洋蔥肉末炒豆乾丁、菜圃香蔥煎蛋、蒜味時蔬、山藥排骨湯	山藥紅絲粥	蔬菜小飯糰
3	五	食物泥	菠菜木耳雞肉粥	梅干滷肉、馬鈴薯炒玉米、當季時蔬、大黃瓜排骨湯	大黃瓜玉米粥	綠豆燕麥粥
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
6	一			~中秋節休假一天~		
7	二	食物泥	番茄豆腐鮭魚粥	香噴噴豬肉咖哩、三杯百頁、蒜味時蔬、柴魚蘿蔔湯	高麗菜紅絲粥	紫薯果乾饅頭
8	三	食物泥	彩椒毛豆粥	茄汁夏威夷炒飯(鳳梨、紅蘿蔔、高麗菜、玉米)、季節時蔬、洋蔥味噌湯	娃娃菜木耳豬肉粥	娃娃菜木耳豬肉粥
9	四	食物泥	白蘿蔔玉米豬肉粥	蔥爆豬柳條、白菜燒豆皮、蒜味時蔬、蒜頭雞湯	芋頭野菇粥	地瓜燕麥蒸糕
10	五			~國慶日休假一天~		
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
13	一	食物泥	絲瓜紅絲叻魚麵線	梅子雞、芹菜炒豆包、季節時蔬、蘿蔔玉米湯	蘿蔔玉米粥	香煎蘿蔔糕
14	二	食物泥	毛豆木耳豬肉粥	蔥爆豆干肉絲、日式蒸蛋、季節時蔬、紫菜蛋花湯	番茄木耳粥	奶香銀絲卷
15	三	食物泥	南瓜金針菇粥	古早味鮮菇羹麵(香菇、大白菜、筍絲、木耳)、時令時蔬	高麗菜香菇豬肉粥	高麗菜香菇豬肉粥
16	四	食物泥	花椰菜雞肉粥	味噌豆腐魚、小黃瓜炒黑輪、清炒時蔬、冬瓜肉絲湯	冬瓜紅絲粥	紅豆大餅
17	五	食物泥	菠菜玉米雞肉粥	小烏蛋魯肉燥、豆乾丁炒玉米、蒜味時蔬、洋蔥味噌湯	芋頭香菇粥	紅豆薏仁粥
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
20	一	食物泥	青江菜叻魚麵條	肉末豆腐、銀芽黑輪、蒜味食蔬、冬瓜排骨湯	冬瓜紅絲粥	蔬菜小飯糰
21	二	食物泥	番茄毛豆豬肉粥	洋蔥銀柳、芋香丁炒玉米、時令蔬菜、香菇雞湯	茄子木耳粥	地瓜饅頭
22	三	食物泥	花椰菜香菇粥	茄汁義大利麵(玉米、洋蔥、花椰菜)、蒜味時蔬、奶油玉米濃湯	白蘿蔔香菇豬肉粥	白蘿蔔香菇豬肉粥
23	四	食物泥	絲瓜木耳雞肉粥	滷肉燉麵輪、沙茶豆干、清炒時蔬、筍片排骨湯	南瓜毛豆粥	南瓜燕麥蒸糕
24	五	食物泥	彩椒玉米筍雞肉粥	香滷小雞腿、蔥香炒魚板、時令蔬菜、十錦豆皮湯	高麗菜洋蔥粥	綠豆薏仁粥
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
27	一	食物泥	娃娃菜鯛魚麵線	打拋豬、日式壽喜滑蛋、清炒時蔬、瓜仔雞湯	番茄香菇粥	香煎蘿蔔糕
28	二	食物泥	毛豆紅絲叻魚粥	洋蔥咖哩豬、糖醋炒豆包、蒜味時蔬、蓮藕柴魚湯	蓮藕紅絲粥	奶香銀絲卷
29	三	食物泥	南瓜豆芽粥	鮮菇時蔬炊飯(高麗菜、香菇、毛豆、玉米)、季節時蔬、蘿蔔豆皮湯	高麗菜玉米叻魚粥	高麗菜玉米叻魚粥
30	四	食物泥	花椰菜雞肉粥	麻油雞、黃金甜不辣、時令蔬菜、大黃瓜丸子湯	大黃瓜紅絲粥	地瓜燕麥蒸糕
31	五	食物泥	菠菜香菇雞肉粥	豆腐燴雞丁、香煎玉米蛋、季節時蔬、海帶小魚味噌湯	小黃瓜野菇粥	紅豆小米粥

※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。

