

嘉基托嬰中心114年07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	二	食物泥	娃娃菜鮭魚燉飯	椒鹽肉絲菇菇、筍乾魯豆皮、季節時蔬、冬瓜蛤蠣湯	冬瓜菇菇粥	地瓜蘋果芝麻條
2	三	食物泥	櫛瓜豬肉粥	藜麥毛豆炊飯(毛豆、鴻喜菇、高麗菜)、清炒時蔬、香菇竹筍湯	毛豆豬肉粥	豬肉蔬菜煎餅
3	四	食物泥	蓮藕野菇粥	梅干滷肉、馬鈴薯炒三丁、蒜味時蔬、小魚乾豆腐湯	南瓜野菇粥	南瓜小米粥
4	五	食物泥	筊白筍雞肉粥	味噌豆腐鱸魚、客家小炒、時令蔬菜、冬瓜肉絲湯	豆腐肉末粥	黑糖枸杞銀耳粥
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
7	一	食物泥	地瓜葉吻仔魚麵	毛豆菇菇滑蛋、醬香甜不辣、季節時蔬、紫菜小魚湯	南瓜毛豆粥	南瓜燕麥雞蛋餅
8	二	食物泥	山藥枸杞粥	豬肉咖哩、沙茶豆干、清炒時蔬、金針肉絲湯	芋頭肉末粥	芝麻旋風捲
9	三	食物泥	綠花椰豬肉粥	香菇筍絲羹麵(香菇、筍絲、紅蘿蔔、木耳)、季節蔬菜	高麗菜木耳粥	奶香玉米蒸糕
10	四	食物泥	南瓜香菇粥	古早味肉燥、玉米香蔥煎蛋、時令蔬菜、蒜頭雞湯	玉米菇菇粥	枸杞薏仁粥
11	五	食物泥	鮮筍雞肉燉飯	炒豆乾丁、馬鈴薯玉米、季節蔬菜、番茄豆腐湯	番茄豆腐粥	地瓜綠豆粥
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
14	一	食物泥	菠菜玉米麵線	香滷小雞腿、蔥香菜脯蛋、季節時蔬、香菇瓜仔雞湯	香菇吻魚粥	菠菜煎餅
15	二	食物泥	娃娃菜鮭魚燉飯	馬鈴薯燉肉、銀芽炒甜不辣、清炒時蔬、薑絲鮮魚湯	馬鈴薯紅絲粥	地瓜蘋果芝麻條
16	三	食物泥	櫛瓜豬肉粥	茄汁蘑菇義大利麵(蘑菇、洋蔥、紅蘿蔔、玉米)、季節時蔬、南瓜濃湯	南瓜磨菇粥	蔬菜麵線煎
17	四	食物泥	蓮藕紅絲粥	蔥爆豬柳、鮮菇炒三色、蒜香青蔬、番茄豆腐湯	番茄香菇粥	南瓜小米粥
18	五	食物泥	筊白筍雞肉粥	紅燒肉末豆腐、金沙杏菇、時令蔬菜、蓮藕排骨湯	蓮藕野菇粥	黑糖枸杞銀耳粥
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
21	一	食物泥	地瓜葉吻仔魚粥	咖哩肉絲小黃瓜、蒜味椒鹽菇菇、清炒時蔬、大黃瓜丸子湯	大黃瓜菇菇粥	南瓜燕麥雞蛋餅
22	二	食物泥	山藥玉米粥	南瓜燉豬、日式蒸蛋、清炒時蔬、山藥枸杞湯	毛豆吻魚粥	芝麻旋風捲
23	三	食物泥	綠花椰菜豬肉粥	毛豆菇菇豆腐燴飯(毛豆、菇菇、洋蔥)、時令蔬菜、十全藥膳湯	高麗菜野菇粥	豬肉蔬菜煎餅
24	四	食物泥	南瓜毛豆粥	金沙炒南瓜、滷味拼盤、季節時蔬、田園牛蒡湯	芋頭紅絲粥	枸杞薏仁粥
25	五	食物泥	鮮筍雞肉麵	清蒸菇菇鱸魚、黃金豆包、蒜香青蔬、冬瓜排骨湯	冬瓜枸杞粥	地瓜綠豆粥
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
28	一	食物泥	菠菜吻魚麵線	南瓜肉燥、鮮菇燴玉米、清炒時蔬、筍片排骨湯	南瓜鮮菇粥	地瓜蘋果芝麻條
29	二	食物泥	筊白筍鮭魚粥	滑蛋鴻禧菇、醬香滷棒棒腿、時令蔬菜、大黃瓜豆皮湯	大黃瓜木耳粥	奶香玉米蒸糕
30	三	食物泥		消毒備課日		
31	四	食物泥		消毒備課日		

※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。

