

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	食物泥	地瓜葉香菇燉飯	蔥香肉絲、滷味拼盤、蒜味時蔬、味噌豆腐湯	毛豆腐粥	黑糖饅頭
4	三	食物泥	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	食物泥	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	大黃瓜菇菇粥	小米藜麥粥
6	五	食物泥	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	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
9	一	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
16	一	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
23	一	食物泥	小松菜吻魚麵	醬香滷棒棒腿、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	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	食物泥	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	星期	4~6個月	7~18個月	19~24個月	7~11個月	12~24個月
30	一	食物泥	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。

