

嘉基托嬰中心114年12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	一	食物泥	菠菜吻魚麵條	沙茶雙椒炒肉絲、蔥香百頁豆腐、時令蔬菜、蒜頭香菇雞湯		甜椒紅絲粥	蔬菜煎餅
2	二	食物泥	茄子玉米豬肉粥	螞蟻上樹、洋蔥毛豆炒豆乾丁、蒜味時蔬、養生枸杞鮮菇湯		毛豆鮮菇粥	黑糖饅頭
3	三	食物泥	白花椰野菇粥	日式鮮蔬烏龍麵(紅蘿蔔.香菇.高麗菜.木耳)、季節時蔬、芹香丸子蘿蔔湯		白蘿蔔腐竹豬肉粥	白蘿蔔腐竹豬肉粥
4	四	食物泥	秋葵雞肉炊飯	木耳炒肉絲、蔥爆紅燒豆腐、時令蔬菜、冬瓜鮮魚湯		冬瓜木耳粥	玉米濃湯餃
5	五	食物泥	馬鈴薯雞肉粥	古早味瓜仔肉燥、馬鈴薯燴玉米、清炒時蔬、山藥蓮子湯		山藥玉米粥	芝麻燕麥粥
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
8	一	食物泥	青江菜鮮魚麵線	香菇麻油雞、芋頭燴毛豆仁、時令食蔬、筍片排骨湯		芋頭香菇粥	奶香玉米蒸糕
9	二	食物泥	高麗菜木耳豬肉粥	壽喜鮮菇肉片、芹菜炒豆干、季節時蔬、柴魚蘿蔔湯		蘿蔔鮮菇粥	綠豆黃包
10	三	食物泥	小黃瓜金針菇粥	醬香鮮蔬蛋炒飯(高麗菜.木耳.紅蘿蔔.蛋)、時令蔬菜、紫菜豆腐湯		高麗菜紅絲豬肉粥	高麗菜紅絲豬肉粥
11	四	食物泥	菠菜雞肉粥	清蒸魚片、醬香杏包菇、蒜味時蔬、瓜仔雞湯		馬鈴薯紅絲粥	馬鈴薯煎餅
12	五	食物泥	蘿蔔雞肉粥	杏菇豬肉咖哩、馬鈴薯炒雙豆(毛豆.菜豆)、蒜味時蔬、白菜肉絲湯		白菜木耳粥	綠豆大麥仁粥
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
15	一	食物泥	地瓜葉鮮魚麵條	味噌高麗菜豬肉片、椒香百頁、季節時蔬、紫菜小魚湯		高麗菜紅絲粥	紫薯鬆餅
16	二	食物泥	茄子豆腐豬肉粥	古早味肉燥、鮮菇豆腐、季節時蔬、玉米排骨湯		玉米鮮菇粥	銀絲卷
17	三	食物泥	高麗菜腐竹粥	鮮菇蔬菜羹麵(香菇.大白菜.筍絲.木耳)、時令時蔬		大白菜豬肉粥	大白菜豬肉粥
18	四	食物泥	莧菜雞肉粥	黃金南瓜燉肉、玉米炒黑輪、清炒時蔬、鳳梨鮮雞湯		南瓜洋蔥粥	蘋果蒸糕
19	五	食物泥	芋香野菇雞肉粥	泰式打拋豬、沙茶豆干絲、蒜味時蔬、榨菜肉絲湯		蓮藕紅絲粥	芝麻小米粥
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
22	一	食物泥	娃娃菜吻魚麵線	蒜香肉絲炒木耳、吻仔魚煎蛋、時令時蔬、冬瓜排骨湯		冬瓜木耳粥	蔬菜小飯糰
23	二	食物泥	櫛瓜豬肉粥	麻香豬肉片、椒鹽黃金豆包、季節時蔬、十全藥膳湯		芋頭香菇粥	聖誕樹饅頭
24	三	食物泥	南瓜香菇粥	鮮菇時蔬炊飯(高麗菜.香菇.毛豆.玉米)、季節時蔬、蘿蔔豆皮湯		蘿蔔紅絲豬肉粥	蘿蔔紅絲豬肉粥
25	四	食物泥		~行憲紀念日休假一天~			
26	五	食物泥	蓮藕雞肉粥	糖醋魚片、三色豆燴芋頭、清炒時蔬、豆腐味噌湯		毛豆紅絲粥	雞肉豆腐煎餅
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
29	一	食物泥	油菜鮮魚麵條	豆輪肉燥、鮮菇炒玉米、清炒時蔬、番茄蘿蔔湯		番茄蘿蔔粥	蘋果煎餅
30	二	食物泥	甜椒豬肉粥	馬鈴薯咖哩燉肉、香煎豆腐、蒜味時蔬、蓮藕排骨湯		蓮藕豆腐粥	芋頭包
31	三	食物泥	小黃瓜紅絲粥	茄汁鮮蔬義大利麵、清炒時蔬、馬鈴薯玉米濃湯		馬鈴薯豬肉玉米粥	馬鈴薯豬肉玉米粥

※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。

