

新北市私立彤言彤語托嬰中心 107年09月份營養點心、營養午餐(副食品) 1070831公告

日期	上午點心(8:00~9:00)			午餐(11:20~12:00)		下午點心(15:00~16:00)				
年齡	4-8個月	8個月以上	16個月以上	8個月-16個月	16個月以上	4-8個月	8個月-16個月	16個月以上		
09/3(一)	綜合蔬菜 (水果) 泥	米麥精	果仁營養脆片 牛奶	花生肉絲糙米粥	糙米飯 梅干花生 涼拌四季豆 銀芽蛋絲 蔬菜野菇湯	綜合蔬菜 (水果) 泥	桂圓紅棗汁 米餅	桂圓紅棗甜湯		
09/4(二)		蛋蛋清湯麵	陽春湯麵	玉米濃湯燉飯	漢堡DIY 玉米濃湯		蛋絲肉肉粥	皮蛋瘦肉粥 當季水果		
09/5(三)		濃醇香粥品	燻雞三明治 牛奶	黑木耳筍白筍絲燉飯	紅糟飯 黑木耳筍白筍絲 滷排骨 青菜 魚丸湯		豆漿 饅頭	手工肉包 豆漿 當季水果		
09/6(四)		米麥精	綜合營養麥片 牛奶	蚵仔蔬菜小米粥	小米飯 土蔞鮮蚵 蘿蔔蛋絲 青菜 大黃瓜排骨湯		綜合水果泥(季節性)	紅豆薏仁湯		
09/7(五)		咬咬吐司	巧克力吐司 牛奶	番茄肉燥筆管麵	番茄肉燥筆管麵 蘑菇濃湯		綜合水果泥(季節性)	下午茶 (蘋果派+柳橙汁+當季水果)		
09/10(一)		米麥精	果仁營養脆片 牛奶	番薯飯 滷蛋	番薯飯 素香肉燥 白菜滷 滷蛋 蔬菜銀菇養生湯		薯泥沙拉三明治	薯泥沙拉三明治 果汁牛奶		
09/11(二)		咬咬饅頭	肉鬆饅頭 蜜豆奶	蔬菜肉絲燴麵	綜合海鮮燴意麵 香菇雞湯		番薯粥	番薯粥 豆漿 脆瓜		
09/12(三)		蔥花捲	蔥花捲 豆漿	高麗菜肉絲燉飯	客家綜合菜飯(高麗菜飯+滷筍絲+扣肉+菜園蛋)福菜肉片湯		古早味蛋糕	慶生會 (起士蛋糕+蜜茶+當季水果)		
09/13(四)		米麥精	綜合營養麥片 牛奶	鮭魚時蔬蛋炒飯	鮭魚時蔬蛋炒飯 玉米蛋花湯		綜合水果泥(季節性)	黑糖饅頭夾肉鬆 豆漿 當季水果		
09/14(五)		吐司咬咬棒	燒餅油條 豆漿	澎湖金瓜米粉	澎湖金瓜米粉 福州丸湯		綜合水果泥(季節性)	下午茶(卡士達麵包+金桔檸檬茶+當季水果)		
09/17(一)		濃醇香粥品	果仁營養脆片 牛奶	奶油菇菇義大利麵	香椿野菇奶油彩椒義大利麵 枸杞紅棗竹筍湯		芋香蔬菜粥	芋香蔬菜粥 當季水果		
09/18(二)		吐司咬咬棒	草莓吐司 牛奶	寶寶南瓜豬肉燴飯	歐式紅酒豬肉燴飯 南瓜濃湯		養生枸杞瘦肉粥	養生枸杞瘦肉粥 當季水果		
09/19(三)		黑糖饅頭	黑糖饅頭 米漿	餛飩湯拉麵			五穀粥	五穀粥 滷蛋 花生麵筋		
09/20(四)		米麥精	綜合營養麥片 牛奶	玉米炊飯	紅豆飯 滷肉排 玉米燴三鮮 青菜 紫菜蛋花湯		綜合水果泥(季節性)	番茄濃湯 奶油餐包		
09/21(五)		沙拉三明治	肉鬆沙拉三明治 牛奶	菠菜清湯麵	客家福菜肉片湯麵		綜合水果泥(季節性)	下午茶 (仙草蜜+當季水果)		
09/24(一)		中 秋 節 快 樂!!!								
09/25(二)		綜合蔬菜 (水果) 泥	吐司咬咬棒	起士吐司 蘋果牛奶	銀絲絲瓜拌飯		五穀飯 銀絲絲瓜 紅燒雞丁 青菜 冬瓜蛤蠣湯	綜合蔬菜 (水果) 泥	葡萄吐司	起士玉米麵包 養樂多 當季水果
09/26(三)			水煮蛋	水煎包 米漿	吻仔魚蔬菜拌飯		麻油枸杞豬肉拌飯 丁香小魚 青菜 山藥排骨湯		清麵線	蚵仔麵線 當季水果
09/27(四)			寶寶蒸蛋	綜合營養麥片 牛奶	蘑菇蔬菜肉絲炒麵		蘑菇蔬菜肉絲炒麵 海鮮濃湯		台南鹹粥	
09/28(五)	蔬菜冬粉(湯)		冬菜蔬菜冬粉(湯)	綜合寶寶羹飯	綜合海鮮羹飯 滷蛋 苦瓜排骨湯	綜合水果泥(季節性)	下午茶 (葡萄餐包+光泉巧克力牛奶)			

即日起，幼生年齡逐漸進入成長期，適齡調整餐點內容，請參考。嬰幼兒如有過敏、禁忌食物或餐點表中出現您的寶寶沒有餵食過的食物，請事先告知本中心，以利做餐點調整

● 第一階段副食品餐點(4-8個月):

1. 餐點以蘋果泥、白米糊、南瓜泥、地瓜泥、蔬菜泥為主，4個月以上可嘗試餵副食品，但會因家長需求而調整。
2. 米糊以1:10的稀飯比例調煮成米泥

● 第二階段副食品餐點(8-16個月以上):

1. 本中心1歲前不提供全蛋、深海魚類、帶殼海鮮。調整米飯粒為鍋底較軟者為宜。
2. 水果每日以當季水果切成薄片。午餐、午點仍以帶顆粒糊狀(1:7)為主，讓寶寶練習咀嚼吞嚥。

● 第三階段副食品餐點(16個月以上):

1. 若滿16個月的寶寶咀嚼能力尚未成熟，請告知班上老師，本中心會斟酌的提供8-16個月的餐點。
2. 水果每日以當季水果切成片，午餐是用1:1:2煮成軟硬度能適合寶寶咀嚼能力的軟飯。

若因季節影響食材採買，本中心可自行更改菜單內容，恕不再另行通知。

根據世界衛生組織提供民眾食用禽肉之建議:70℃以上烹煮禽肉，可以使禽流感病毒不活化。因此，熟食禽肉相關製品是安全的，本中心亦會注意烹煮方式。