

新北市私立彤言彤語托嬰中心 108年4月份營養點心、營養午餐(副食品) 1080329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	
4/01(一)		米麥精	果仁營養脆片 牛奶	五穀飯 蘿蔔烘蛋	五穀飯 五香豆干 蘿蔔烘蛋 青菜 蔬菜蘿蔔湯		綠豆薏仁湯		
4/02(二)		五穀粥	五穀粥 豆漿	小貢丸蘿蔔湯麵	春捲DIY 小貢丸蘿蔔湯		蔬菜海鮮蛋花雞絲麵	蔬菜海鮮蛋花雞絲麵 當季水果	
4/03(三)		卡通造型饅頭	卡通造型饅頭 豆漿	玉米濃湯飯	(快樂兒童餐)蒸玉米 麥克雞塊 微笑薯塊 玉米濃湯		甜甜圈	甜甜圈 鮮奶 當季水果	
4/4-4/5兒童清明連假									
4/08(一)	綜合 蔬 菜 (水果) 泥	米麥精	果仁營養脆片 牛奶	菠菜野菇奶油燉飯	菠菜野菇奶油燉飯 磨菇濃湯	綜合 蔬 菜 (水果) 泥	全家克林姆麵包	全家克林姆麵包 美祿	
4/09(二)		小米粥 肉鬆		蘿蔔糕湯	新加坡式蛋炒蘿蔔糕 綜合火鍋湯		椰漿奶油吐司	椰漿奶油吐司 拉茶 當季水果	
4/10(三)		白饅頭	燒餅油條 豆漿	玉米飯 花生滷肉	玉米飯 花生滷肉 滷蛋 青菜 酸菜肉片湯		草莓吐司	草莓吐司 優酪乳 當季水果	
4/11(四)		濃醇香粥品	綜合營養麥片 牛奶	綜合肉羹米粉			綜合水果泥(季節性)	高麗菜吻仔魚粥 當季水果	
4/12(五)		黑糖饅頭	鮮肉包 米漿	小魚海帶芽蔬果粥	馬來西亞風味餐 (泰國椰味長米飯+炸雞排+花生小魚干+涼拌黃瓜)		綜合水果泥(季節性)	下午茶(蛋沙拉吐司+鮮奶)	
4/15(一)		米麥精	果仁營養脆片 牛奶	客家粿條湯	客家時蔬炒粿條 金針枸杞紅棗湯		寶寶蒸蛋	優格 手工餅乾	
4/16(二)		吐司咬咬棒	肉鬆吐司 鮮奶茶	紫菜蛋花麵	紅粟米飯 紅燒甜不辣 腐乳雞丁 青菜 紫菜蛋花湯		冬菜雞絲冬粉	冬菜雞絲冬粉 當季水果	
4/17(三)		紅豆粥	紅豆粥 花生麵筋	南洋肉骨茶湯麵			壽桃	慶生會(壽桃 當季水果 柳橙汁)	
4/18(四)		濃醇香粥品	綜合營養麥片 牛奶	青菜豆腐小魚湯粥	台鐵排骨便當(糙米飯+滷排骨+酸菜+青菜) 青菜豆腐小魚湯		綜合水果泥(季節性)	黑糖薯芋圓甜湯	
4/19(五)		麵線羹		鳳梨香鬆炒飯	南洋鳳梨香鬆炒飯 紅燒番茄豬肉湯		綜合水果泥(季節性)	下午茶(瑞士捲+麥芽牛奶+當季水果)	
4/22(一)		米麥精	果仁營養脆片 牛奶	北京木須豆芽炒烏龍	北京木須豆芽炒烏龍 金針蔬菜湯		素香包	玉米濃湯 素香包 當季水果	
4/23(二)		麵線糊	麻油香湯麵線	海南雞飯	海南雞飯 香菇排骨湯		芋頭排骨粥		
4/24(三)		奶油餐包	奶油餐包 光泉牛乳	沙茶豬肉燴飯	沙茶豬肉燴飯 鳳梨苦瓜雞湯		仙草蜜	仙草蜜 當季水果	
4/25(四)		濃醇香粥品	綜合營養麥片 牛奶	紅棗飯 蔥香蛋	紅棗飯 滷小翅 蔥香蛋 青菜 大黃瓜排骨湯		綜合水果泥(季節性)	蒸番薯 桂圓紅棗茶	
4/26(五)	黑糖饅頭	黑糖饅頭夾蛋 豆漿	玉米蘿蔔排骨麵	新加坡福州海鮮炒意麵 玉米蘿蔔排骨湯	綜合水果泥(季節性)	下午茶(肉鬆麵包 蜜豆奶 當季水果)			
4/29(一)	米麥精	果仁營養脆片 牛奶	香菇素燥紅糟飯	紅糟飯 鹹蛋筍香 香菇素燥 青菜 蔬菜蛋花湯	花生吐司	花生吐司 紅棗茶			
4/30(二)	薑絲蚵仔粥		日式豬肉壽喜燒	日式豬肉壽喜燒 味噌豆腐湯	白湯蛤蠣雞肉拉麵	白湯蛤蠣雞肉拉麵 當季水果			

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°C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。