

新北市私立彤言彤語托嬰中心 110年04月份營養點心、營養午餐(副食品) 1100331公告

日期		上午點心(8:00~9:00)		午餐(11:20~12:00)		下午點心(15:00~15:40)			
年齡	4-8個月	8個月-12個月	16個月以上	8個月-12個月	16個月以上	8個月-12個月	16個月以上		
		無調味	少鹽少油少糖	無調味	少鹽少油少糖	無調味	少鹽少油少糖	無調味	少鹽少油少糖
		12-16個月多以16個月以上食材使用		12-16個月多以16個月以上食材使用		12-16個月多以16個月以上食材使用			
		<b>(菜色相同時烹煮調味相異)</b>		<b>(菜色相同烹煮調味異同)</b>		<b>(菜色相同烹煮調味異同)</b>			
4/1(四)		鮭魚蔬菜粥		玉米濃湯通心粉	歡樂pizza派對(歡慶兒童節)		饅頭夾蛋 米餅	造型饅頭 義美雞蛋豆奶	
4/2~4/5清明連續假期									
4/6(二)	蔬菜泥 十米糊	吐司咬咬棒	花生吐司 牛奶	海帶芽小魚蔬菜粥	古早味肉燥飯 櫻花蝦高麗菜 青菜 海帶芽小魚味噌湯		紅棗銀耳蓮子湯		
4/7(三)		白饅頭	竹筍鮮肉包 豆漿	日式蒸蛋烏龍麵	糙米飯 醬燒肉塊 日式蒸蛋 青菜 胡瓜肉片湯		豆漿豆花	粉圓豆花	
4/8(四)		果仁營養脆片 牛奶		什錦蕃茄蔬菜蛋花湯麵	泰式鳳梨香鬆炒飯 什錦蕃茄蔬菜蛋花湯		台南擔仔麵		
4/9(五)		高麗菜排骨粥		三色豆玉米雞絲飯	小米飯 三色豆炒蝦仁 家常豆腐 青菜 鳳梨苦瓜雞湯		葡萄餐包	卡士達麵包 鮮奶茶	
4/12(一)		濃醇香粥品	果仁營養脆片 牛奶	金瓜時蔬炒米粉 五行蔬菜湯				香菇素肉絲粥	
4/13(二)		黑糖饅頭 豆漿		紅豆飯(麻醬)雞絲 玉米香蛋 青菜 山藥排骨湯				葡萄吐司	燻雞起士吐司 蜜豆奶
4/14(三)		蛋餅 米漿		香菇肉燥湯麵	香菇肉燥乾麵 魯蛋醬拌豆芽 肉末香菇湯		慶生會(古早味蛋糕 寶吉葡萄果汁)		
4/15(四)		五穀粥(寶寶肉鬆)		奶油雞肉燴飯	綠咖哩雞肉燴飯 檸檬香茅魚片湯		番茄豬肝(肉)麵		
4/16(五)		香菇雞肉粥	培根起士吐司 福樂牛奶	蘋果雞肉蔬菜湯飯	五穀飯 蘋果炒雞肉片 香蔥蛋 青菜 蒜頭雞湯		白饅頭	蛋黃鮮肉包 桔茶	
4/19(一)		牛奶麥片粥	果仁營養脆片 牛奶	綠翡翠百菇豆腐燴飯 紫菜蛋花湯				紅豆薏仁湯	
4/20(二)		白饅頭	起士洋芋包 義美黑豆奶	糙米飯 蠔油豬肉絲 銀菇絲瓜 青菜 菱角瘦肉湯				魚片粥	台南海鮮粥
4/21(三)		綠豆小米粥		寶寶雞絲蔬菜拌飯	泰式椰子酸辣蝦仁湯麵(兒童版)		蘿蔔玉米蔬菜湯	關東煮	
4/22(四)		吐司咬咬棒	草莓吐司 牛奶	絲瓜香菇雞絲湯飯	紫米飯 糖醋雞柳 菜圃蛋 青菜 絲瓜香菇雞湯		鮭魚小漢堡 義美豆奶		
4/23(五)		番薯粥(花生麵筋)		南瓜雞絲濃湯麵	番茄肉醬海鮮義大利麵 南瓜濃湯		竹筍肉絲粥		
4/26(一)		鱈魚蔬菜粥	果仁營養脆片 牛奶	五穀飯 香菇烤麩 青菜(麻油)高麗菜 蔬菜蛋花湯				綠豆仁甜湯	
4/27(二)		餐包 牛奶	葡萄餐包 福樂牛奶	大黃瓜肉燥麵線	泰國飯 打拋豬 蝦醬四季豆 青菜 大黃瓜雞湯		菠蘿麵包	蔥香麵包 義美低糖黑豆奶	
4/28(三)	蔬菜蛋烏龍(雞絲)麵		肉絲蔬菜蛋拌飯	港式叉燒蛋炒飯 玉米排骨湯		(榨菜)肉絲湯板條			
4/29(四)	玉米瘦肉粥	果仁營養脆片 牛奶	蔬菜扣肉湯麵	薑黃飯 梅干扣肉 自製三色蛋 青菜 木須肉絲湯		葡萄乾饅頭 義美豆奶			

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(8-12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。 **\*本中心每日提供素食湯品 \*本中心一律使用國產豬肉食材**
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8-12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。**