

屏榮托嬰中心 115 年度第 1 學期

9 月份餐點食譜

日期	星期	6~12 個月	1 歲~2 歲		
		午 餐	早 點	午 餐	午 點
9/01	二	蘿蔔五穀粥	虎皮蛋糕 鮮奶	五穀飯 杏鮑菇蘿蔔豬肉 洋菇甜豆 季節時蔬 蓮藕排骨湯 時令水果	豬肉湯 (豬肉, 木耳, 紅蘿蔔, 筍絲, 豆腐, 雞蛋)
9/02	三	雞蛋粥	全麥吐司 決明子茶	白飯 香菇豬肉 雞蛋 玉米筍鮮菇湯 時令水果	紫米粥
9/03	四	洋蔥雞肉粥	羅宋麵包 豆漿	燕麥飯 洋蔥雞肉 大白菜 季節時蔬 金針菇豬肉絲湯 時令水果	紅豆薏仁湯
9/04	五	紅蘿蔔粥	鮮奶饅頭 麥茶	白飯 蔬菜雞肉 (紅蘿蔔, 馬鈴薯, 洋蔥, 雞肉) 鮮菇湯/	時令水果
9/07	一	胡蘿蔔粥	蔥花捲 豆漿	什錦板條湯 (洋蔥, 豆芽菜, 韭菜, 胡蘿蔔, 香菇, 鮮蝦, 豬肉, 板條.) 時令水果	薏仁湯
9/08	二	番茄紅藜粥	葡萄捲 豆漿	紅藜飯 豬肉片 番茄炒蛋 季節時蔬 莧菜湯	時令水果
9/09	三	雞肉粥	牛角麵包 決明子茶	豬肉高麗菜水餃 香菇雞湯 時令水果	什錦豬肉湯 (豆芽菜, 黑木耳絲, 紅蘿蔔絲, 韭菜, 高麗菜, 豬絞肉)

9/10	四	大黃瓜糙米粥	虎皮蛋糕 豆漿	糙米飯 旗魚 木耳蘑菇四季豆 季節時蔬 大黃瓜排骨湯	時令水果
9/11	五	南瓜蔬菜粥	三角黑糖饅頭 麥茶	南瓜蔬菜豬肉粥 雞蛋	時令水果
9/14	一	蔬菜粥	雞肉玉米粥	什錦米粉 (高麗菜, 洋蔥, 紅蘿蔔, 透抽, 豬肉, 米粉.) 雙拼花椰菜 山藥排骨湯 時令水果	紅豆湯
9/15	二	豆腐雞肉粥	鹹可頌麵包 豆漿	白飯 洋蔥雞丁 袖珍菇 季節時蔬 豆腐湯 時令水果	紫米甜湯
9/16	三	番茄粥	全麥吐司 豆漿	番茄豬肉麵 玉米雞蛋湯 時令水果	地瓜湯
9/17	四	黃瓜粥	虎皮蛋糕 豆漿	白飯 豬肉 蒸蛋 季節時蔬 黃瓜排骨湯 時令水果	糯米綠豆甜湯
9/18	五	雞蛋豬肉粥	蔥花饅頭 決明子茶	豬肉絲玉米雞蛋飯 鮮菇湯	時令水果
9/21	一	蔬菜粥	芋頭饅頭 豆漿	蔬菜豬肉麵 (高麗菜, 洋蔥, 紅蘿蔔, 豬肉, 麵條)	時令水果
9/22	二	蘿蔔粥	蛋糕麵包 豆漿	糙米飯 雞腿肉 青花菜 季節時蔬 蘿蔔湯 時令水果	地瓜湯
9/23	三	雞肉粥	鮮奶麵包 決明子茶	白飯 海鮮雞肉湯 (洋蔥, 豆芽菜, 高麗菜, 雞肉, 透抽, 虱目魚柳, 蝦仁.)	時令水果

9/24	四	蔬菜五穀粥	鮮奶吐司 鮮奶	五穀飯 虱目魚柳 毛豆豬肉絲 季節時蔬 蓮藕排骨湯 時令水果	小米粥
9/25	五	中秋節放假	中秋節放假	中秋節放假	中秋節放假
9/28	一	教師節放假	教師節放假	教師節放假	教師節放假
9/29	二	南瓜粥	蛋餅 豆漿	白飯 南瓜豬肉 雞蛋 季節時蔬 玉筍鮮菇湯 時令水果	紫米甜粥
9/30	三	豆腐雞蛋粥	菜包 決明子茶	白飯 香菇豬肉 雞蛋 豆腐湯 時令水果	紅豆甜湯

1. 餐點表內容有時會因蔬菜時令及節慶可能做更改菜單。
2. 每日食材皆當日烹煮與採購，確保幼兒食用上之安全性。
3. 園內一律使用國產豬肉及食材。
4. 副食品供應對象為《已進入粥品階段之 6 個月以上寶寶》。
(寶寶由泥狀食物轉換至粥品期間，須由家長先於家中進行餵食與適應，確認已能接受粥品，且無過敏或其他不適反應後，再由中心提供副食品服務)。
5. 依寶寶個別發展情形，評估其咀嚼與吞嚥能力，適時調整餐點樣態，以確保幼兒安全進食並獲得適當營養攝取。