

屏榮托嬰中心 115 學年度第 1 學期

11 月份餐點食譜 (10/13 修)

日期	星期	6~12 個月	1 歲~2 歲		
		午 餐	早 點	午 餐	午 點
11/02	一	蔬菜豬肉粥	蘿蔔糕 豆漿	豬肉蔬菜麵 雙拼花椰菜 冬瓜文蛤湯 時令水果	薏仁湯
11/03	二	紅蘿蔔雞蛋粥	鮮奶吐司 豆漿	地瓜飯 雞腿肉 三色雞蛋 季節時蔬 香菇雞湯 時令水果	紅豆小米粥
11/04	三	洋蔥豬肉五穀粥	全麥麵包 鮮奶	五穀飯 洋蔥豬肉 木耳甜豆 季節時蔬 蘿蔔玉米湯 時令水果	蒸地瓜
11/05	四	蔬菜粥	蛋糕捲 決明子茶	蔬菜豬肉雞蛋飯 排骨湯 時令水果	綠豆湯
11/06	五	雞蛋粥	黑糖饅頭 麥茶	什錦麵	時令水果
11/09	一	洋蔥南瓜粥	芋頭饅頭 豆漿	南瓜豬肉麵 雞蛋 冬瓜排骨湯 時令水果	薏仁湯
11/10	二	紅蘿蔔五穀粥	起司麵包 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	豆腐排骨湯

11/11	三	雞蛋粥	鮮奶麵包 決明子茶	白飯 香菇豬肉 雞蛋 玉米筍鮮菇湯 時令水果	玉米濃湯
11/12	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	地瓜湯
11/13	五	紅蘿蔔粥	鮮奶饅頭 麥茶	白飯 馬鈴薯紅蘿蔔雞肉 季節時蔬 鮮菇湯	時令水果
11/16	一	蔬菜粥	蔥花捲 豆漿	什錦板條湯 時令水果	薏仁湯
11/17	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 茼菜湯	時令水果
11/18	三	排骨粥	全麥麵包 決明子茶	豬肉高麗菜水餃 蔬菜排骨湯 時令水果	什錦豬肉湯
11/19	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	紫菜豆腐湯
11/20	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
11/23	一	蔬菜粥	雞肉玉米粥	什錦米粉 雙拼花椰菜 山藥排骨湯 時令水果	紅豆湯

11/24	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	紫菜排骨湯
11/25	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
11/26	四	黃瓜粥	蛋糕麵包 豆漿	白飯 豬肉 蒸蛋 季節時蔬 黃瓜排骨湯 時令水果	豆腐雞蛋湯
11/27	五	雞蛋豬肉粥	蔥花饅頭 決明子茶	豬肉絲玉米雞蛋飯 季節時蔬 鮮菇湯	番茄蔬菜湯
11/30	一	蔬菜粥	芋頭饅頭 豆漿	蔬菜豬肉麵 季節時蔬	時令水果

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。