

小蘋果托嬰中心 112 年 2 月份餐點表

餐別 日期		YOYO 班 早點心	YOYO、APPLE 班午餐	YOYO、APPLE BABY 班點心
1	三	星期一 馬鈴薯泥	小黃瓜雞絲蛋湯麵	高麗菜魷魚粥
2	四		蒜香地瓜葉肉丁拌飯	菠菜豬肉粥
3	五		蔬菜豆腐滑蛋肉絲麵線	瓠瓜肉末粥
4	六		花椰菜杏鮑菇雞丁燉飯	蕃茄雞肉粥
6	一		香菇肉燥豆芽湯麵	菇菇雞茸粥
7	二	星期二	青椒肉絲蛋拌飯	絲瓜魷魚粥
8	三	蘿蔔糕	高麗菜豬肉蛋湯餃	豌豆肉末粥
9	四	星期三 糯米肉糰	南瓜蘿蔔洋蔥蟹肉燉飯	菜豆豬肉粥
10	五		番茄肉醬木須湯麵	西洋芹魷魚粥
13	一		鯖魚番茄豆腐湯麵	莧菜魷魚粥
14	二		馬鈴薯玉米雞肉咖喱飯	苦瓜魷魚粥
15	三		星期四	絲瓜餛飩麵 YOYO：蛋糕
16	四	饅頭/	蝦仁玉米紅蘿蔔蛋拌飯	大頭菜雞肉粥
17	五	銀絲卷	大白菜肉羹蛋湯麵	青椒豬肉粥
18	六	星期五 蒸地瓜	南瓜甜椒肉絲燉飯	豆薯雞肉粥
20	一		蛤蜊羅宋湯麵	枸杞葉魷魚粥
21	二		香菇魯白菜肉燥拌飯	紫茄魷魚粥
22	三		時蔬蝦仁蛋湯麵	花椰菜魷魚粥
23	四		海帶芽馬鈴薯雞肉燉飯	小黃瓜豬肉粥
24	五		日式鍋燒烏龍麵	蒲瓜肉末粥

*** 附上本月餐點回饋單請交回學校，謝謝您的配合填寫 ***

小蘋果托嬰中心 112 年二月份寶寶餐點回饋單

{幼兒姓名}：_____ {家長簽名}：_____ {填寫日期}：112 年 2 月 _____ 日

- ★ 依據本月餐點，為避免誘發孩子過敏狀況，如有之食材，請務必通知老師。□無□有，名稱：_____
- ★ 每日早餐搭配提供**當季水果**，並依孩子的發展製作，登記於聯絡本中。
- ★ 依據食品安全衛生管理法第 25 條第 2 項規定辦理，本中心提供各項豬肉及豬肉可食部位原料產地均為**國產豬**，以保障全體嬰幼兒飲食安全，請家長放心！如有任何建議或疑問，可直接與主任聯繫。
- ★ 菜單皆於月初編排，如遇氣候或突發狀況等因素致有所變動，敬請見諒。對於提供之餐點，如有任何需改善之處，可於下列填寫您的寶貴意見或至學校官網匿名傳遞亦可，感謝家長的建議～
- ★ 本月 8 日週三 YOYO 班孩子要進行戶外教學，請提早 9:00 前到校食用早餐、水果。
- ★ 寶寶接觸副食品的時候，就可以開始喝水囉！學習水杯可以依照寶寶月齡做挑選，除了品牌、外觀好清潔，有耗材可替換之外，更要注意瓶身的材質，給寶寶使用的水杯必須不含 BPA、PVC 聚氯乙烯，因為要進行高溫消毒，特別要注意耐熱與抗腐蝕的安全標章。選擇適合寶寶月齡發展階層的水杯工具，可以：1.增進口腔動作控制 2.增加自我進食的獨立性 3.減少學習上的挫折感、負面經驗 4.減少對喝水的排斥。所以，選對工具真的很重要的呢！1 歲以上的寶寶原則上可以每天喝體重 x100cc 的水就足夠，但別忘了日常飲食中也有很多水分，不用太拘泥在一天一定要喝到多少水，重點是讓寶寶培養喝水的好習慣，太逼著他們喝水反而可能讓寶寶討厭喝水。