

小蘋果托嬰中心 112 年 3 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	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	秋葵雞肉粥
3	五	波菜海帶芽雞肉湯麵	青椒豬肉粥
6	一	蔬菜豆腐滑蛋肉絲麵線	菠菜豬肉粥
7	二	花椰菜杏鮑菇雞丁燉飯	瓠瓜肉末粥
8	三	香菇肉燥豆芽湯麵	蕃茄雞肉粥
9	四	青椒豌豆肉絲蛋拌飯	絲瓜魷魚粥
10	五	蛤蜊羅宋湯麵	豌豆肉末粥
13	一	絲瓜餛飩麵	枸杞葉魷魚粥
14	二	馬鈴薯玉米雞肉咖喱飯	西洋芹魷魚粥
15	三	關東煮	YOYO：蛋糕
16	四	瓠瓜雞柳蛋湯麵	山藥雞肉粥
17	五	高麗菜豬肉蛋湯餃	苦瓜魷魚粥
20	一	大白菜肉羹蛋湯麵	馬鈴薯豬肉粥
21	二	南瓜甜椒肉絲燉飯	菇菇雞茸粥
22	三	番茄肉醬木須湯麵	紫茄魷魚粥
23	四	香菇魯白菜肉燥拌飯	豆薯雞肉粥
24	五	時蔬蝦仁蛋湯麵	菜豆豬肉粥
25	六	南瓜蘿蔔洋蔥蟹肉燉飯	蘿蔔雞肉粥
27	一	冬瓜排骨肉湯麵	海帶昆布魚粥
28	二	海帶芽馬鈴薯雞肉燉飯	莧菜魷魚粥
29	三	鯖魚番茄豆腐湯麵	花椰菜魷魚粥
30	四	蝦仁玉米紅蘿蔔蛋拌飯	小黃瓜豬肉粥
31	五	日式鍋燒烏龍麵	大頭菜雞肉粥
			蒲瓜肉末粥

小蘋果托嬰中心 112 年三月份寶寶餐點回饋單

{幼兒姓名}：\_\_\_\_\_ {家長簽名}：\_\_\_\_\_ {填寫日期}：112 年 3 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：\_\_\_\_\_

★ 本中心提供各項豬肉及豬肉可食部位原料產地均為臺灣國產豬。

★ 每日早點心時間提供當季水果，並依孩子的發展製作，登記於聯絡本。

★ 對於提供之餐點，如有需改善之處，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

★ 兒童因誤食中毒的意外層出不窮，中國一名 2 歲男童，吃了午餐後卻陷入昏迷，送醫搶救後仍宣告不治，醫師研判是男童吃的午餐中含有未煮熟的四季豆導致。為什麼吃四季豆會引發食物中毒呢？衛生福利部桃園醫院小兒科醫師陳昭淳指出，四季豆本身含有對腸胃道較刺激的「酵素生物鹼」、「植物凝集素」，若未煮熟，殘餘的成分就無法被破壞，小小孩若接收到強烈的腸胃道刺激，就可能造成噁心、嘔吐、吐血等，嚴重時會有溶血或血液凝集的情形導致脫水，甚至危及性命。除了上述四季豆務必煮熟再給寶寶食用以外，下列食材添加到副食品前，也要特別注意：1.木耳 2.豆類製品 3.竹筍 4.發芽的馬鈴薯 5.溏心蛋、溫泉蛋 6.受污染的海鮮、肉類 7.蜂蜜 8.果仁。醫師指出，大部分食物中毒發生的時程約 24~48 小時，但小小孩的腸胃免疫系統還沒發展完全，因此發展時程可能更快。當孩子出現腸胃道反應，首要避免孩子嗆咳，再來就是脫水，可以的話，少量補充水分。提醒家長，如認為孩子疑似食物中毒，應立即就醫，不建議催吐，催吐的幫助並不大，反而會造成孩子的二度傷害。