

小蘋果托嬰中心 112 年 9 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	五	星期一 馬鈴薯泥	小黃瓜雞絲蛋湯麵		枸杞葉魷魚粥
4	一		蛤蜊羅宋湯麵		菇菇雞茸粥
5	二		南瓜蘿蔔洋蔥蟹肉燉飯		青椒豬肉粥
6	三		線大白菜肉羹蛋湯麵		秋葵雞肉粥
7	四		蘿蔔排骨肉地瓜燉飯		蕃茄雞肉粥
8	五		星期二	蔬菜豆腐滑蛋肉絲麵	
11	一	蘿蔔糕	菠菜海帶芽雞肉湯麵		莧菜魷魚粥
12	二		蝦仁玉米紅蘿蔔蛋拌飯		馬鈴薯豬肉粥
13	三	星期三	時蔬蝦仁蛋湯麵	YOYO：蛋糕	紫茄魷魚粥
14	四		青椒豌豆肉絲蛋拌飯		西洋芹魷魚粥
15	五		糯米肉糰	香菇肉燥豆芽湯麵	
18	一	星期四 饅頭/ 銀絲卷	瓠瓜雞柳蛋湯麵		菠菜豬肉粥
19	二		香菇魯白菜肉燥拌飯		花椰菜魷魚粥
20	三		日式鍋燒烏龍麵		絲瓜魷魚粥
21	四		南瓜甜椒肉絲燉飯		豌豆肉末粥
22	五		冬瓜排骨肉湯麵		小黃瓜豬肉粥
23	六		高麗菜豬肉蛋湯餃		苦瓜魷魚粥
25	一	星期五 蒸地瓜	番茄肉醬木須湯麵		高麗菜魷魚粥
26	二		馬鈴薯玉米雞肉咖喱飯		瓠瓜肉末粥
27	三		絲瓜餛飩麵		蘿蔔雞肉粥
28	四		花椰菜杏鮑菇雞丁燉飯		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 年九月份寶寶餐點回饋單

{幼兒姓名}：_____ {家長簽名}：_____ {填寫日期}：112 年 9 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～



★ 當媽咪和爸比在餵寶寶吃副食品時，他卻伸出小手來想要抓住湯匙？還想自己用手抓食物？提醒媽咪和爸比，這代表是時候給他「手指食物」了～讓寶寶自己動手吃，除了可以促進精細動作發展，還可增加進食樂趣！只要是條形、好抓取、口感軟的食物（避免又小又硬及顆粒狀的東西），都蠻適合做為寶寶的手指食物（當然還是要符合天然少添加的原則），包括：紅蘿蔔、南瓜、番薯、地瓜、玉米筍、花椰菜、香蕉、蘋果、芒果、麵包、饅頭、餅乾、牙餅、蝴蝶麵、通心麵，都可以給寶寶嘗試。（文章摘自衛福部國民健康署）