

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

*** 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 年十一月份寶寶餐點回饋單

{幼兒姓名}：_____ {家長簽名}：_____ {填寫日期}：112 年 11 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**。**不使用進口蛋液**，均為**國產雞蛋**，以保障全體嬰幼兒飲食安全，請家長放心！

- ★ 漱口水很方便，大家都能用嗎？出門在外用餐，不方便幫孩子在飯後清潔口腔，您是否也曾想過用漱口水呢？為避免小朋友咕嚕咕嚕～不小心把漱口水吞下去，醫師並不建議 6 歲以下的孩童使用！

牙線+牙刷+漱口水，三大工具備起來

牙醫師強調，牙齒清潔絕不是漱口水就能解決，建議口腔的清潔順序是：

- 1.先使用牙線將齒縫的食物殘渣去除。
- 2.使用牙刷將牙齒表面與牙縫清潔乾淨。
- 3.最後使用漱口水，清除縫隙中可能殘留的細菌。

建議使用漱口水時，至少在口中維持 30 秒~1 分鐘，最久到 2~3 分鐘。

用完之後，不需再以清水漱口，以免將有效成分沖掉，再配合正確的刷牙習慣，才能達到預期效果。



6歲以下的小朋友，醫師不建議
使用漱口水，以免誤食！



為避免小朋友誤吞，醫師不建議 6 歲以下小朋友使用漱口水唷！

110 年 7 月 1 日起一般漱口水已納入化粧品管理，成分及衛生標準等相關規定均須符合化粧品衛生安全管理法等相關規定。