

小蘋果托嬰中心 115 年 7 月份餐點表

餐別 日期		20 月齡 早點心	13-36 月齡午餐	7-13 月齡點心 13-36 月齡下午茶
1	三	星期一 馬鈴薯泥	蛤蜊羅宋湯麵	高麗菜魷魚粥
2	四		櫛瓜紅蘿蔔豬肉燉飯	小黃瓜雞肉粥
3	五		高麗菜蝦仁蛋湯麵	蘿蔔肉末粥
6	一		清江菜豆腐滑蛋肉絲湯麵	菇菇雞茸粥
7	二		馬鈴薯玉米雞肉咖喱飯	蒲瓜肉末粥
8	三	星期二 蘿蔔糕	鮮蔬豆腐滑蛋肉絲湯麵	苦瓜魷魚粥
9	四		高麗菜肉絲燒醬拌飯	青椒肉末粥
10	五		番茄虱目魚柳湯麵	紫茄魷魚粥
13	一		鯖魚番茄豆腐烏龍麵	波菜魷魚粥
14	二		高麗菜豬肉蛋湯餃	南瓜雞肉粥
15	三	星期三 糯米肉糰	絲瓜餛飩麵 YOYO 班：蛋糕	秋葵雞肉粥
16	四		香菇大白菜肉燥拌飯	菜豆雞肉粥
17	五		小黃瓜雞絲蛋湯麵	西洋芹肉末粥
20	一		大白菜肉羹蛋湯麵	莧菜魷魚粥
21	二		花椰菜杏鮑菇雞丁燉飯	馬鈴薯雞肉粥
22	三	星期四 饅頭/ 銀絲卷	蘿蔔味增豬肉烏龍麵	瓠瓜肉末粥
23	四		青椒甜椒肉絲燉飯	花椰菜魷魚粥
24	五		瓠瓜雞柳蛋湯麵	絲瓜雞肉粥
27	一		昆布小魚干肉絲烏龍麵	枸杞葉魷魚粥
28	二		南瓜蘿蔔洋蔥蟹肉燉飯	櫛瓜雞肉粥
29	三	星期五 蒸地瓜	鯛魚青木瓜湯麵	豌豆肉末粥
30	四		蝦仁玉米紅蘿蔔蛋拌飯	山藥雞肉粥

***** 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 115 年七月份寶寶餐點回饋單

{幼兒姓名}：_____ {家長簽名}：_____ {填寫日期}：115 年7月_____日

- ★ 中心餐點每日均佐以洋蔥、玉米、胡蘿蔔、蕃茄為粥品湯底及飯麵料理。
- ★ 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。
- ★ 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！

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~

挑對餐具，寶寶吃得安全、爸媽也更安心

孩子在滿四個月後開始接觸副食品，挑選安全、好用的副食品餐具是很重要的。材料有塑料、陶瓷、搪瓷、不鏽鋼、玻璃、竹木等。

不同材質各有優缺點，但不論哪一種，安全都是第一位的。

除了要挑選不含雙酚 A、塑化劑、屬於耐熱材質...之外，還有一個非常重要的考量：加熱副食品的電器是電鍋，還是微波爐？

因為有許多餐具是不能放電鍋的，也有些餐具是不能放進微波爐。

給爸媽的寶寶餐具選材建議：(一)304、316 不鏽鋼、食品級矽膠、

Tritan、PP(回收編號 5)，這 4 種都是較安全可用的餐具材質。

(二)留意是否有通過專業認證標準，例如：FDA(美國)、LFGB(德國)、EU 10/2011(歐盟)、SGS(第三方測試)、CNS(台灣國家標準)、

TFDA(台灣食藥署)。(三)即使是認證的安全材質，也請避免長時間接觸高溫、油脂或強酸性食物。(四)餐具出現刮痕、異味、變形，立即換新。

所以一定為孩子選擇適合媽媽料理、加熱副食品的材質給孩子使用，避免在加熱過程中產生有害物質。(文章摘自傑足先登 傑登醫師臉書)

兒童餐具怎麼挑？ 4種安全材質一次看懂

304/316 不鏽鋼



250-500°C以上
耐高溫、耐摔
不含BPA、塑化劑

食品級矽膠



-40°C 至 230°C
耐高溫
柔軟、安全無毒

Tritan 共聚酯



-40°C 至 100°C
耐高溫耐摔
無 BPA、BPS

PP 聚丙烯



-20°C 至 120°C
輕巧、耐摔
無 BPA、BPS



購買前請再認明是否有專業安全認證
並避免長時間接觸高溫、油脂或強酸食物



dr_jaden777



傑足先登 傑登醫師

