

臺北市私立小天心東門托嬰中心 111 年十一月份餐點表

設計者：雅芳老師

*第一階段：4-6 個月(米泥)

日期	早上	中午	下午	水果泥				
				一	二	三	四	五
11/01-11/04		洋蔥			芭樂	香蕉	木瓜	蕃茄
11/07-11/11		A 菜		鳳梨	香瓜	蘋果	火龍果	芭樂
11/14-11/18		番茄		木瓜	蘋果	鳳梨	香蕉	水梨
11/21-11/25		青江菜		芭樂	鳳梨	葡萄	蘋果	火龍果
11/28-11/30		地瓜		蘋果	芭樂	木瓜		

*第二階段：7-9 個月(粥)

日期	早上	中午	下午	水果泥				
				一	二	三	四	五
11/01-11/04	莧菜小魚	洋蔥雞肉	莧菜小魚		芭樂	香蕉	木瓜	蕃茄
11/07-11/11	黃瓜雞肉	A 菜肉末	黃瓜雞肉	鳳梨	香瓜	蘋果	火龍果	芭樂
11/14-11/18	小白菜雞肉	蕃茄豬肉	小白菜雞肉	木瓜	蘋果	鳳梨	香蕉	水梨
11/21-11/25	蛋黃肉末	青江菜雞肉	蛋黃肉末	芭樂	鳳梨	葡萄	蘋果	火龍果
11/28-11/30	花椰菜雞肉	地瓜肉末	花椰菜雞肉	蘋果	芭樂	木瓜		

*第三階段：10 個月-12 個月(軟飯)

日期	早上	中午	下午	水果泥				
				一	二	三	四	五
11/01-11/04	莧菜小魚	洋蔥雞肉	莧菜小魚		芭樂	香蕉	木瓜	蕃茄
11/07-11/11	黃瓜雞肉	A 菜肉末	黃瓜雞肉	鳳梨	香瓜	蘋果	火龍果	芭樂
11/14-11/18	小白菜雞肉	蕃茄豬肉	小白菜雞肉	木瓜	蘋果	鳳梨	香蕉	水梨
11/21-11/25	蛋黃肉末	青江菜雞肉	蛋黃肉末	芭樂	鳳梨	葡萄	蘋果	火龍果
11/28-11/30	花椰菜雞肉	地瓜肉末	花椰菜雞肉	蘋果	芭樂	木瓜		

備註：

- ※ 以上食材本身不添加調味料、食材原味為烹煮最高原則；若孩子有特殊需求需更換食材請告知園所並溝通調整。
- ※ 若孩子對該週食物沒有特別身體不適的症狀，下週則進行下一種食物品嚐。
- ※ 每日食材皆當日烹煮與採購，確保嬰兒食用上之安全性。
- ※ 每日食材皆由留存樣本，以供主管機關採樣及稽核。
- ※ 本園餐點採用國產豬肉。