

臺北市私立小天心晴晴托嬰中心 111 年九月份餐點表

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
09/01-09/02		蕃茄					蘋果	芭樂
09/05-09/08		青江菜		木瓜	鳳梨	火龍果	西瓜	香蕉
09/12-09/16		洋蔥		蘋果	芭樂	木瓜	鳳梨	火龍果
09/19-09/23		A 菜		西瓜	香蕉	蘋果	芭樂	木瓜
09/26-09/30		紅蘿蔔		鳳梨	火龍果	西瓜	香蕉	蘋果

*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
09/01-09/02	蛋黃肉末	蕃茄雞肉	蛋黃肉末				蘋果	芭樂
09/05-09/08	南瓜雞肉	青江菜肉末	南瓜雞肉	木瓜	鳳梨	火龍果	西瓜	香蕉
09/12-09/16	莧菜叻仔魚	洋蔥雞肉	莧菜叻仔魚	蘋果	芭樂	木瓜	鳳梨	火龍果
09/19-09/23	黃瓜雞肉	A 菜肉末	黃瓜雞肉	西瓜	香蕉	蘋果	芭樂	木瓜
09/26-09/30	馬鈴薯肉末	花椰菜雞肉	馬鈴薯肉末	鳳梨	火龍果	西瓜	香蕉	蘋果

*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
09/01-09/02	蛋黃肉末	蕃茄雞肉	蛋黃肉末				蘋果	芭樂
09/05-09/08	南瓜雞肉	青江菜肉末	南瓜雞肉	木瓜	鳳梨	火龍果	西瓜	香蕉
09/12-09/16	莧菜叻仔魚	洋蔥雞肉	莧菜叻仔魚	蘋果	芭樂	木瓜	鳳梨	火龍果
09/19-09/23	黃瓜雞肉	A 菜肉末	黃瓜雞肉	西瓜	香蕉	蘋果	芭樂	木瓜
09/26-09/30	馬鈴薯肉末	花椰菜雞肉	馬鈴薯肉末	鳳梨	火龍果	西瓜	香蕉	蘋果

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。