|  |
| --- |
| **109學年下學期 臺北市信義小太陽托嬰中心 3月份 太陽班Baby　餐點表** |
| **日期** | **上午點心** | **中餐佳餚** | **下午點心** |
| 3/1 | (一) | 228放假 |
| 3/2 | (二) |  全麥饅頭、果汁 | 雞肉白蘿蔔、小白菜/白米飯 | 芭樂、木瓜 |
| 3/3 | (三) | 紫菜蛋花湯 | 肉絲馬鈴薯、高麗菜/白米飯 | 香蕉、蘋果 |
| 3/4 | (四) | 小餐包、果汁 | 吻仔魚高麗菜、青江菜/白米飯 | 木瓜、香蕉 |
| 3/5 | (五) | 葡萄乾吐司、豆漿 | 肉絲洋蔥紅蘿蔔炒麵 | 蘋果、芭樂 |
| 3/8 | (一) | 玉米脆片、牛奶 | 肉絲洋蔥、金針菇/白米飯 | 香蕉、木瓜 |
| 3/09 | (二) | 雞蛋捲、豆漿 | 小黃瓜雞丁、小白菜/白米飯 |  蘋果、芭樂 |
| 3/10 | (三) | 肉鬆清粥 | 鯛魚大黃瓜、花椰菜/白米飯 | 木瓜、香蕉 |
| 3/11 | (四) | 鈣片餅乾、豆漿  | 絞肉洋蔥、青江菜/白米飯 | 蘋果、木瓜 |
| 3/12 | (五) | 全麥土司、豆漿 | 肉絲高麗菜紅蘿蔔炒飯 | 香蕉、蘋果 |
| 3/15 | (一) | 玉米脆片、牛奶 | 玉米絞肉、紅蘿蔔/白米飯 | 木瓜、芭樂 |
| 3/16 | (二) | **法國草莓麵包、豆漿** |  蕃茄雞丁、洋蔥炒飯/白米飯 | 芭樂、香蕉 |
| 3/17 | (三) | 小**叮噹蛋糕、豆漿** | 白蘿蔔絞肉.青江菜 /白米飯 | 蘋果、木瓜 |
| 3/18 | (四) | 紅糖饅頭、果汁 | 吻仔魚花椰菜、洋蔥/白米飯 | 芭樂、香蕉 |
| 3/19 | (五) | 蘋果派麵包、豆漿 | 肉絲三色豆蛋鹹粥/白米飯 | 芭樂、蘋果 |
| 3/22 | (一) |  玉米脆片、牛奶 | 大黃瓜雞丁、高麗菜/白米飯 | 香蕉、木瓜 |
| 3/23 | (二) |  八寶粥 | 馬鈴薯絞肉、小白菜/白米飯 | 芭樂、香蕉 |
| 3/24 | (三) |  綠豆小米粥 | 豆腐絞肉、菠菜/白米飯 | 木瓜、蘋果 |
|  3/25 | (四) | 蘇打餅乾、豆漿 | 鯛魚馬鈴薯、小白菜/白米飯 | 蘋果、香蕉 |
|  3/26 | (五) | 沙奇麻、豆漿 | 高麗菜豬肉水餃 | 木瓜、芭樂 |
| 3/29 | (一) |  玉米脆片、牛奶 | 絞肉花菜、青江菜/白米飯 | 香蕉、蘋果 |
| 3/30 | (二) |  銀絲卷、豆漿 | 雞丁花椰菜、小白菜/白米飯 | 木瓜、芭樂 |
| 3/31 | (三) |  花生綠豆湯 | 吻仔魚馬鈴薯、菠菜/白米飯 | 香蕉、芭樂 |
| 親愛的家長:※寶寶開始練習舌頭和下顎咀嚼階段，會閉起上下唇，能順利吞下黏糊糊的食物啦!※水果泥每日以當季季節水果調配。早、午點、副食，以粥狀為主，讓寶寶練習咀嚼吞嚥。※使用營養師建議菜單，皆以天然少調味、健康方式烹調。若BABY有特殊需求可告知中心更換食材。※若BABY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，以確保嬰兒食用上之安全性。※一歲前不提供全蛋，若孩子有特殊需求需要更換時才請聯繫我們更換食材。※每日食材當日烹煮並留存食材檢體，以供“衛生署”採樣及稽核，確保食用之安全性。※飲食餐點經營養師建議調配，正餐及點心皆以天然少調味、健康方式烹調。當天“寶寶”如有對餐點不適，請提早前一天告知!※家長若有任何建議歡迎與我們聯繫電話：02-27277726 信義小太陽托嬰中心 敬啟 |