

桃園市私立長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院附設托嬰中心

日期	星期	113年9月份1歲~2歲幼生餐點食譜						
		上午點心	主食	主菜	副菜	湯類	下午點心	
1	日							
2	一	水果	五穀飯	白蘿蔔滷肉	炒空心菜	冬瓜排骨湯	洋葱蔬菜粥	
3	二	玉米脆片 牛奶	米食	古早味油飯		味噌海帶湯	滑蛋玉米粥	
4	三	水果	薏仁飯	柳葉魚	炒菜豆	竹筍雞湯	地瓜細肉粥	
5	四	蔥麵包 牛奶	紫米飯	滷雞腿	炒扁蒲	大黃瓜排骨湯	莧菜吻魚粥	
6	五	水果	白飯	滷海帶豆干	炒高麗菜	蔬菜豆腐湯	芹香瘦肉粥	
7	六	玉米脆片 牛奶	什錦湯麵					
8	日							
9	一	水果	糙米飯	蝦仁炒蛋	炒油菜	四神湯	南瓜碎肉蛋粥	
10	二	玉米脆片 牛奶	麵食	木須炒麵		芹香貢丸湯	雞蓉玉米粥	
11	三	水果	地瓜飯	馬鈴薯炒肉片	蒜炒豆芽韭菜	番茄蛋花湯	枸杞養生粥	
12	四	草莓麵包 牛奶	糙米飯	瓜仔肉	綠花菜炒鮮菇	蘿蔔排骨湯	豆腐碎肉粥	
13	五	水果	芝麻飯	醬香蔬食炒飯		養生湯	吻仔魚蛋粥	
14	六	玉米脆片 牛奶	肉片烏龍麵					
15	日							
16	一	玉米滑蛋粥	糙米飯	醬燒五花肉片	絲瓜繪蟹肉	鳳梨苦瓜雞	地瓜滑蛋粥	
17	二	中秋節放假一天						
18	三	水果	胚芽飯	蔥油雞	開陽白菜	金針排骨湯	黃瓜碎肉粥	
19	四	吐司 玉米濃湯	香鬆飯	梅干扣肉	炒大黃瓜	山藥雞湯	番茄雞肉粥	
20	五	水果	白飯	芹香麵筋	苦瓜鹹蛋	冬瓜蛤蠣湯	花椰菜肉粥	
21	六	玉米脆片 牛奶	雞肉蔬菜麵					
22	日							
23	一	水果	地瓜飯	榨菜肉絲	炒A菜	蓮藕排骨湯	皮蛋瘦肉粥	
24	二	玉米脆片 牛奶	米食	日式豬排咖哩飯		味噌海帶湯	芋頭雞茸粥	
25	三	水果	燕麥飯	蒜炒吻仔魚	炒莧菜	南瓜排骨湯	玉米碎肉粥	
26	四	起司麵包 牛奶	糙米飯	麻油雞	炒高麗菜	紫菜蛋花湯	高麗菜滑蛋粥	
27	五	水果	白飯	醬燒豆腐	炒地瓜葉	蒜頭雞湯	南瓜蔬菜肉粥	
28	六	玉米脆片 牛奶	蔬菜麵					
29	日							
30	一	水果	白飯	京醬肉片	燴扁蒲	冬瓜排骨湯	扁蒲雞蓉粥	

附註：

1. 本食譜及水果的供應會因颱風、送貨或不可抗拒之原因做小幅更動。
2. 配合政府週五無肉日，每週五盡量不添加各式肉品。
3. 本園使用的豬肉產品供應都來自國內各縣市拍賣市場及牧場豬，供應商為雅勝冷凍食品股份有限公司。
4. 1~2歲的幼兒，保育人員視孩子的能力發展給予乾飯練習。

主任：楊淑麗

製表者：莊玉玲