

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10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	二	玉米脆片	米食	豬肉親子丼飯		味噌豆腐湯	洋蔥蔬菜粥
2	三	水果	地瓜飯	瓜仔肉	炒綠花椰	山藥枸杞湯	綠花椰粥
3	四	蔥麵包	燕麥飯	滷雞腿	韭菜花炒甜不辣	蘿蔔排骨湯	滷汁肉末粥
4	五	水果	白飯	九層塔蛋	炒A菜	養生湯	莧菜吻魚粥
5	六	玉米脆片	貢丸蔬菜麵				
6	日						
7	一	水果	糙米飯	麻油肉片	炒地瓜葉	絲瓜蛤蠣湯	南瓜碎肉蛋粥
8	二	玉米脆片	紫米飯	南瓜香菇細肉粥			枸杞養生粥
9	三	水果	糙米飯	洋蔥雞丁	鮮菇豆芽菜	四神湯	雞蓉玉米粥
10	四	雙十節放假一天					
11	五	水果	香鬆飯	海帶滷豆干	紅燒冬瓜	香菇雞湯	冬瓜肉末粥
12	六	玉米脆片	鍋燒雞絲麵				
13	日						
14	一	水果	燕麥飯	乾煎里肌肉	炒空心菜	冬瓜薑絲湯	絲瓜細肉粥
15	二	玉米脆片	麵食	番茄海鮮義大利麵		蘑菇濃湯	地瓜肉末粥
16	三	水果	胚芽飯	酥炸鯛魚片	大陸妹	玉米排骨湯	魚片粥
17	四	吐司	紫米飯	塔香細肉	炒A菜	味噌海帶湯	蕃茄雞肉粥
18	五	水果	芝麻飯	三杯百頁	開陽白菜	蓮藕排骨湯	彩蔬滑蛋粥
19	六	玉米脆片	擔擔麵				
20	日						
21	一	水果	糙米飯	彩椒雞柳	絲瓜燴豆皮	紫菜湯	彩椒細肉粥
22	二	玉米脆片	米食	什錦炒麵		蘿蔔排骨湯	蘿蔔蔬菜肉粥
23	三	水果	香鬆飯	紅燒豆輪	水煮茼蒿	大菜心雞湯	瓠瓜瘦肉粥
24	四	香蒜厚片	白飯	三杯雞	清炒A菜	翡翠吻魚羹	雞茸豆腐粥
25	五	水果	地瓜飯	蔥燒豆皮	芹菜海帶絲	番茄豆腐湯	胡瓜玉米碎肉粥
26	六	玉米脆片	肉片板條湯				
27	日						
28	一	水果	白飯	醬燒肉片	麻油菠菜	紫菜蛋花湯	海菜吻魚粥
29	二	玉米脆片	米食	水餃		玉米濃湯	地瓜碎肉粥
30	三	水果	紫米飯	水煮五花肉	炒高麗菜	蘿蔔排骨湯	扁蒲雞蓉粥
31	四	三明治	胚芽飯	酥炸咖哩雞	炒地瓜葉	芋頭排骨湯	芋頭細肉粥

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。