

鄰舍輔導會新翠育嬰園

幼兒一週膳食表 (5/2022~ 8/2022) ** 新餐單由 3/5/2022 開始 **

膳食	組別	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	大組 (9:00)	全脂奶、蛋花 麥皮	全脂奶 排飽	全脂奶 烩蛋	全脂奶 咸麵飽	全脂奶 芝士三文治	全脂奶 鹹餐飽
生果	大組 (10:30) 中細組 (9:00)	蘋果 蘋果茸	火龍果 火龍果茸/蘋果茸	橙粒 橙茸	西瓜 西瓜茸/蘋果茸	香蕉 香蕉茸	蘋果 蘋果茸
午餐	大組 (12:30)	飯：瘦肉碎 西蘭花	飯：牛肉碎 洋蔥、蕃茄	飯：瘦肉碎 肉豆	飯：雞肉碎 節瓜	飯：魚肉蒸水蛋 粟米	雞肉碎、椰菜 字母粉
午餐	細、中組 (12:30)	粥：瘦肉茸 西蘭花	粥：牛肉茸 洋蔥、蕃茄茸	粥：瘦肉茸 肉豆茸	粥：雞肉茸 節瓜茸	粥：魚肉茸 雞蛋粟米茸	粥：雞肉茸 椰菜
湯	大/中/細組 (1:00)	南瓜、瘦肉湯	冬瓜去濕湯	腐竹、節瓜 瘦肉湯	薯仔、粟米 紅蘿蔔湯	蜜棗、南北杏、 合掌瓜、瘦肉湯	水
茶點	大組 (3:30)	全脂奶 果醬三文治	好立克 蒸蛋糕	魚肉、紅蘿蔔 通心粉	牛油/果占班戟	檸檬、薏米水 提子麥飽	/
茶點	中組 (3:00)	配方奶 果醬三文治	配方奶 蒸蛋糕	配方奶 餅乾	配方奶 牛油/果占班戟	配方奶 提子麥飽	

備註： 配方奶是指嬰幼兒所飲用的奶粉

6至9個月只吃蛋黃

9個月以上可試吃蛋白