

鄰舍輔導會新翠育嬰園

幼兒一週膳食表 (1/2023 ~ 4/2023)

** 新餐單由 3/1/2023 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 餐飽	雜菜魚肉 字母粉	全脂奶 排包	蕃茄免治瘦肉 通心粉	全脂奶 粟米片	全脂奶 咸包
生果	大組 (10:30) 中細組 (9:00)	蘋果 蘋果茸	香蕉 香蕉茸	橙片 橙粒/梨茸	蘋果 蘋果茸	梨 香蕉茸	橙片 橙粒/梨茸
午餐	大組 (11:15~12:15)	飯：雞肉碎 菜心	飯：牛肉碎 小棠菜	飯：瘦肉碎 西蘭花 貝殼粉	飯：魚肉碎 紅蘿蔔 椰菜花	飯：瘦肉碎 菠菜 蛋	飯：雞肉碎 白菜
午餐	細、中組 (11:00~12:00)	粥：雞肉茸 菜心茸	粥：牛肉茸 小棠菜茸	粥：瘦肉茸 西蘭花	粥：魚肉茸 紅蘿蔔 椰菜花茸	粥：瘦肉茸 菠菜 蛋	粥：雞肉茸 白菜茸
湯	大/中/細組	蘋果雪梨南北杏 無花果湯	紅蘿蔔粟米蓉湯	西洋菜蜜棗 瘦肉湯	合掌瓜、栗子湯	番茄薯仔 瘦肉湯	水
茶點	大組 (3:30)	腐竹糖水/雞蛋	全脂奶 烩蛋	竹蔗茅根紅蘿蔔水 蒸蛋糕	全脂奶 雞蛋三文治	免治雞肉 紅蘿蔔字母粉	
茶點	中組 (3:00)	燉蛋	甜餐包	蒸蛋糕	雞蛋三文治	咸包	

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

1歲或以上才飲湯、食橙或飲橙汁