

★溫馨小提醒：在孩子挑食當下，家長可以依照以下步驟來處理：

1. 偏挑食改善方法之改變外觀
2. 用可愛障眼法改變食物原有樣貌形狀，吸引孩子的注意
3. 容易排斥的蔬菜，建議可買烹飪壓模將其壓出花朵形狀
4. 可添加利用天然食材熬煮出各式各樣的色彩顏色
5. 讓小孩覺得是自己喜歡的或熟悉的圖案而增加其接受度。



06月份餐點表

嫩嬰專用版

日期	餐點名稱		日期	餐點名稱		日期	餐點名稱	
6/2 (一)	午餐	鮭魚蔬菜粥	6/9 (一)	午餐	海帶蔬菜吻仔魚粥	6/16 (一)	午餐	什錦鮭魚粥
		蘋果			葡萄			芭樂
	點心	滑蛋麵線		點心	花椰菜豆腐雙拼		點心	芝麻糊
6/3 (二)	午餐	南瓜什錦湯麵	6/10 (二)	午餐	什錦南瓜蔬菜湯麵	6/17 (二)	午餐	菇菇豬肉湯麵
		香蕉			芭樂			香蕉
	點心	玉米肉末蒸蛋		點心	百香果愛玉		點心	小米粥
6/4 (三)	午餐	絲瓜金菇田園雞肉粥	6/11 (三)	午餐	番茄雞肉粥	6/18 (三)	午餐	鮮蔬雞茸粥
		芭樂			火龍果			葡萄
	點心	綠豆地瓜湯		點心	枸杞絲瓜麵線		點心	地瓜西米露
6/5 (四)	午餐	什錦瘦肉粥	6/12 (四)	午餐	洋蔥菇菇瘦肉粥	6/19 (四)	午餐	筊白筍肉絲粥
		木瓜			香蕉			蘋果
	點心	藕粉甜湯		點心	蛋黃米糊		點心	清蒸南瓜
6/6 (五)	午餐	蔬菜香菇豬肉粥	6/13 (五)	午餐	玉米雞茸粥	6/20 (五)	午餐	洋芋紅蘿蔔燉肉粥
		西瓜			蘋果			番茄
	點心	馬鈴薯紅蘿蔔泥		點心	手工豆花		點心	蔬菜米糊

06月份餐點表

嫩嬰專用版

日期	餐點名稱		日期	餐點名稱		備註
6/23 (一)	午餐	吻仔魚蔬菜粥	6/30 (一)	午餐	番茄菇菇肉末粥	1. 本中心使用台灣豬肉 2. 以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動 4. 如有不能吃的食物，請主動告知該班托育人員 4. 食材本身不添加人工調味料，以天然食材原味為主 5. 會依據幼兒年齡、咀嚼、吞嚥等能力做個別調整 (如：軟硬、大小、泥狀、糊狀、固體狀等)
		火龍果			蘋果	
	點心	黑木耳甜湯		點心	蒸地瓜	
6/24 (二)	午餐	洋蔥枸杞瘦肉湯麵				
		香蕉				
	點心	紫米粥				
6/25 (三)	午餐	百菇蔬菜雞肉粥				
		芭樂				
	點心	紅棗銀耳露				
6/26 (四)	午餐	南瓜肉片粥				
		蘋果				
	點心	紅蘿蔔蒸蛋				
6/27 (五)	午餐	彩椒雞丁粥				
		鳳梨				
	點心	玉米米糊				