

★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。



09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	
9/1 (一)	午餐	香菇雞肉粥	9/8 (一)	午餐	鮭魚蔬菜粥	9/15 (一)	午餐	莧菜吻仔魚粥
		芭樂			芭樂			芭樂
	點心	蔬菜馬鈴薯泥		點心	滑蛋麵線		點心	南瓜豆腐泥
9/2 (二)	午餐	絲瓜金菇肉絲湯麵	9/9 (二)	午餐	南瓜肉片蔬菜麵	9/16 (二)	午餐	紅棗紫米瘦肉粥
		火龍果			火龍果			蘋果
	點心	百香果檸檬愛玉		點心	蓮子藕粉甜湯		點心	香菇蒸蛋
9/3 (三)	午餐	豆薯豚肉粥	9/10 (三)	午餐	玉米雞丁粥	9/17 (三)	午餐	栗子雞肉粥
		香蕉			香蕉			香蕉
	點心	南瓜米糊		點心	紅豆紫米粥		點心	綠豆蒜
9/4 (四)	午餐	彩椒雞丁粥	9/11 (四)	午餐	什錦蒲瓜粥	9/18 (四)	午餐	洋蔥雞柳粥
		蘋果			芭樂			火龍果
	點心	蒸南瓜		點心	紅棗銀耳露		點心	地瓜西米露
9/5 (五)	午餐	吻仔魚海帶粥	9/12 (五)	午餐	百菇雞茸粥	9/19 (五)	午餐	什錦豬肉湯麵
		芭樂			蘋果			蘋果
	點心	手工豆花		點心	馬鈴薯花椰菜雙拼		點心	蔬菜米糊

09月份餐點表

嫩嬰專用版

日期	餐點名稱		日期	餐點名稱		備註			
9/22 (一)	午餐	鮭魚肉絲滑蛋粥	9/30 (五)	午餐	什錦番茄麵	1. 本中心使用台灣豬肉 2. 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)			
		芭樂			火龍果				
	點心	芝麻糊		點心	水煮玉米筍				
9/23 (二)	午餐	洋芋紅蘿蔔豬肉麵							
		火龍果							
	點心	蛋黃米糊							
9/24 (三)	午餐	蔬菜雞茸粥							
		香蕉							
	點心	小米粥							
9/25 (四)	午餐	玉米燕麥粥							
		葡萄							
	點心	枸杞絲瓜麵線							
9/26 (五)	午餐	洋蔥菇菇肉末粥							
		蘋果							
	點心	蒸地瓜							