

★溫馨小提醒

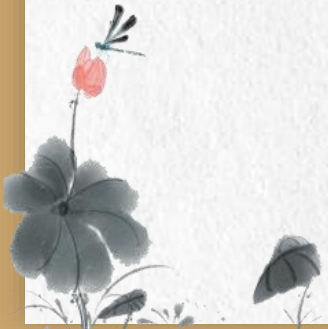
維生素B5是人體維持能量代謝與抗壓、強化免疫力的關鍵營養素。

二大功效：

1. 能量製造、抗壓調節、強化免疫系統(口服：泛酸)：是新陳代謝轉換的重要輔酶、幫助腎上腺荷爾蒙分泌達到抗壓消除疲勞穩定情緒，泛酸能製造抗體對抗外來病菌。

2. 皮膚黏膜修復健康(外用：泛醇 Panthenol)：有助於細胞形成、肌膚組織保濕、舒緩抗發炎、傷口屏障組織癒合修補再生使膚況穩定。

一起當蔬菜超人



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	
6/1 (一)	早點心	芭樂片	6/8 (一)	早點心	芭樂片	6/15 (一)	早點心	芭樂片
	午餐	鯛魚蔬菜粥		午餐	香菇雞肉粥		午餐	吻仔魚莧菜粥
	點心	芝麻糊		點心	八寶粥		點心	水煮玉米筍
6/2 (二)	早點心	木瓜丁	6/9 (二)	早點心	火龍果丁	6/16 (二)	早點心	木瓜丁
	午餐	日式豬肉拉麵		午餐	鮭魚蔬菜湯麵		午餐	什錦豬肉湯麵
	點心	檸檬愛玉		點心	紅蘿蔔蒸蛋		點心	地瓜西米露
6/3 (三)	早點心	香蕉塊	6/10 (三)	早點心	香蕉塊	6/17 (三)	早點心	香蕉塊
	午餐	絲瓜菇菇豬肉粥		午餐	番茄滑蛋雞丁粥		午餐	百菇雞茸粥
	點心	蒸地瓜		點心	栗子南瓜泥		點心	綠豆蒜
6/4 (四)	早點心	芭樂片	6/11 (四)	早點心	蘋果片	6/18 (四)	早點心	蘋果片
	午餐	玉米雞肉粥		午餐	蒲瓜肉絲粥		午餐	麻筍肉絲粥
	點心	蔬菜米糊		點心	馬鈴薯紅蘿蔔泥		點心	香菇肉末蒸蛋
6/5 (五)	早點心	蘋果片	6/12 (五)	早點心	木瓜丁	6/19 (五)	端午節放假一天	
	午餐	南瓜豬肉粥		午餐	田園蔬菜肉末粥			
	點心	蓮子藕粉甜湯		點心	蛋黃米糊			

備註：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！

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
6/22 (一)	早點心	芭樂片	6/29 (一)	早點心	芭樂片	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 3. 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）
	午餐	鮭魚蔬菜粥		午餐	洋蔥雞肉粥	
	點心	花椰菜豆腐雙拼		點心	黑木耳甜湯	
6/23 (二)	早點心	木瓜丁	6/30 (二)	早點心	蘋果片	
	午餐	番茄紅燒豬肉麵		午餐	什錦南瓜蔬菜粥	
	點心	紅豆湯		點心	小米粥	
6/24 (三)	早點心	香蕉塊				
	午餐	彩椒雞丁粥				
	點心	滑蛋麵線				
6/25 (四)	早點心	火龍果丁				
	午餐	蔬菜瘦肉粥				
	點心	水煮玉米				
6/26 (五)	早點心	蘋果片				
	午餐	吻仔魚海帶麵線				
	點心	手工豆花				

備註：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！