

## 嬰幼兒餐點表（參考）

4~6個月寶寶飲食餐點	
1 米湯	11 蘋果奶麥糊
2 米糊	12 蘋果汁
3 自製米糊	13 蕃茄汁
4 麥糊	14 柳橙汁
5 水梨米湯	15 水蜜桃汁
6 柳橙米湯	16 葡萄汁
7 芭樂米湯	17 小白菜汁
8 豌豆米糊	18 菠菜汁
9 紅蘿蔔麥糊	19 菠菜米湯
10 葡萄汁米糊	20 莧菜米湯

10~12個月寶寶飲食餐點	
56 白粥(濃)	67 蕃茄拌旗魚丁
57 四季豆粥	68 青豆牛奶雞肉
58 滑蛋牛肉粥	69 冬瓜煮碎肉
59 豬肝蔬菜粥	70 蜜地瓜
60 水果拌飯	71 法式土司
61 香菇蔬菜麵	72 麵包條
62 芋頭米粉湯	73 葡萄小餅乾
63 肉醬通心粉	74 烤蘋果
64 烏龍麵	75 哈密瓜奶凍
65 豆漿蒸蛋	76 芋頭豆花
66 豆腐肉丸	

7~9個月寶寶飲食餐點	
21 大骨湯	41 雞肝泥
22 蔬菜豬骨高湯	42 鱈魚泥
23 蔬菜高湯	43 吻仔魚馬鈴薯泥
24 雞骨高湯	44 南瓜牛奶泥
25 鮮魚高湯	45 蕃茄麵包泥
26 哈密瓜汁	46 蔬菜雞肉麥片糊
27 柳橙水蜜桃汁	47 白粥(稀)
28 鳳梨蘋果汁	48 玉米碎肉粥
29 水果配方奶	49 綠豆仁粥
30 木瓜泥	50 菠菜牛肉麵線
31 香蕉泥	51 雞肉花椰菜麵線
32 火龍果葡萄泥	52 鮭魚麵線
33 自製豆漿	53 小魚絲瓜麵線
34 糙米米漿	54 西洋梨蛋黃布丁
35 豌豆泥	55 蔬菜蛋黃布丁
36 馬鈴薯泥	
37 蕃薯葉泥	
38 米湯菠菜泥	
39 米湯豆腐泥	
40 蛋黃泥	