

天然食物快樂吃， 健康成長有活力



幼兒時期的成長與發展十分迅速，包含大腦的發育與智力皆在此階段。

2~5歲是建立良好飲食模式最好的時機。

天然好食，減少零食



- 開心一起吃，天天美食日
- 一起動手做，饗食樂趣多
- 少量多餐不強迫，均衡飲食喜歡多

幼兒飲食指南



幼兒餐食

一人份營養成分

熱量：523.5 Kcal

蛋白質	23.6 g	脂肪	18.0 g
醣類	63.5 g	飽和脂肪	2.8 g
糖	0 g	反式脂肪	0 g
鈉	689 mg	維生素 B1	0.69 mg
鈣	366.9 mg	鐵	3.92 mg