

抱報



在老師的帶領下，茉莉花班的小朋友們展開一場「愛玉魔法秀」，從材料到成品，孩子們一起見證愛玉變身為夏日美味的過程。

目錄

- 00 封面
- 01 目錄
- 02 娃得福新聞
 - 歡迎新同學、九月份壽星、託藥規定、維持上學規律、收退費標準、
 - 學生團體保險權益須知、青菜、水果、蛋白質，三大營養守護孩子的成長
- 06 文章 — <人智學啟迪下的親職教育（上）>
 - 演講 | Marjorie 老師
 - 紀錄 | 郁婷、詩婷
- 09 十月教保計畫
- 12 童言童語
- 14 10 月娃得福營養菜單
- 17 生日會

發行所 | 臺中市私立娃得福幼兒園
地址 | 台中市北屯區松竹五路二段 81 號
電話 | (04) 2437-3360
傳真 | (04) 2435-0926

發行人 | 林玉珠
編輯小組 | 林玉珠、葉芷婷、娃得福教師團隊
攝影 | 娃得福教師團隊
美術編輯 | 林宥妘

電子信箱 | taichungwaldorf@gmail.com
網址 | <http://www.taichungwaldorf.com.tw>
部落格 | <http://taichungwaldorf.blogspot.tw>
FB 粉絲團 | fb.me/waldorf85
日期 | 114 年 09 月 30 日

本刊物受著作權相關法令之保護，
如有轉載、轉寄、散佈等需要，
請經本所之同意，並註明來源、出處，
感謝您共同保護著作權的善意。

娃得福新聞

歡迎新同學加入娃得福大家庭

「真正高興的見到你，滿心歡喜地歡迎你！」

☆芒果班：張愛希小朋友。

☆茉莉花班：楊薔米小朋友。

☆艷紫荊班：蕭毓苾小朋友。

九月份壽星

有一群小天使在九月份誕生了，讓我們一起祝福他們：「生日快樂！恭喜你，又長大一歲了。」

☆桂花班：詹天碩、張巧甯小朋友。

☆蜜妮班：郭予喆小朋友。

☆朱槿花班：呂宜盈小朋友。

☆雞蛋花班：林語希小朋友。

☆艷紫荊班：劉湘湘、詹芮甯小朋友。

台中市私立娃得福幼兒園託藥規定

一、幼兒於就園時間需要委託園方餵(擦)藥者，煩請家長於送幼兒入園時，事前填寫幼兒『用藥委託書』，並將藥劑與委託書交給辦公室老師。

二、交於老師之藥量，請以園內該次餵藥份量為限並請家長正確填寫幼兒用藥委託書，註明幼兒姓名、服藥日期、時間及服藥的內容，並請家長簽名。

◎教保服務人員依家長填寫幼兒用藥委託書為幼兒餵藥。

◎家長未填寫幼兒用藥委託書之幼兒不得為幼兒餵藥；家長託藥若登記不清楚時，絡家長確定後才予餵食，以維護幼兒用藥安全。

◎教保服務人員代為餵服之藥品，必須為合格醫師處方藥物，不代餵任何成藥以及退燒藥，因此請勿帶退燒藥來園。

◎幼兒若有發燒情形，教保服務人員應儘速通知家長接回就醫及休息。

維持上學的規律

親愛的爸爸媽媽，我們的課程活動是九點開始哦！為了讓孩子順利發展和諧的人際關係與培養上課不遲到的好習慣，需要爸爸媽媽一起努力，讓我們一起加油，九點前入校園。

臺中市私立娃得福幼兒園退費及補助款說明：

一、本園收退費基準依「臺中市教保服務機構收費退費辦法」辦理。

二、本學期教保服務期程：113年08月01日起，至114年01月31日止。

三、幼兒申請病假日數連續七日(含例假日)以上，幼兒申請事假於事前辦妥請假手續且請假日數連續十日(含例假日)以上。因法定傳染病或流行病流行性疫情或天災等強制停課連續五日(含例假日)以上。則退還請假或停課日數之點心費、午餐費，如無連續者一律不予退還，其所退之費用於次月月費中扣抵。

☆國定假日、農曆春節等連續假期七日(含例假日)以上，則退還停課日數之點心費、午餐費，並採事前扣除方式辦理，須辦理補課之彈性放假日不予退費。

四、週一至週五正常托收時間為AM8:30~PM4:30。逾時保育者，則以單日酌收超時保育費用如下：

PM5:30~5:59者收50元，PM6:00~6:20者收100元，PM6:20以後每分鐘為10元。以上逾時時間以學生離校時間為準。

五、「2至未滿5歲育兒津貼」依不同胎次由政府補助每個月5,000元至7,000元，未核定者由家長至幼兒戶籍地區公所提出申請，已核定者，於次月月底前按月撥入申請人指定帳戶。

六、保險費依每學年度本市公告招標金額辦理。



國泰人壽
Cathay Life Insurance



學生團保知多少？馬上教您快速瞭！

對象：高中以下具有學籍之在學學生及幼兒園之幼兒（不含托嬰中心幼童）

單位：新臺幣

學生團體
保險保障
項目



想了解更多請掃我

※ 註：1. 詳細保障內容依「111學年度高級中等以下教育階段學生及教保服務機構幼兒團體保險保單條款」為準。

2. 65歲以上學生僅發生意外傷害事故以致「身故、失能、需要住院或意外傷害事故之門診治療」可獲理賠，既有疾病診治費用不理賠。

理賠怎麼辦？二步驟搞定

1 填寫文件
索取方式



1. 學校窗口



2. 網路下載
理賠申請單



3. 國泰人壽服務中心
或洽保險服務人員

2 理賠文件
交件方式



1. 學團服務人員
定期到學校收件



2. 服務中心
櫃台辦理



3. 若為保戶可洽
保險服務人員



學團保險理賠申請書

空白申請書與填寫範本下載路徑：國泰人壽官網 > 學生團體 > 家長理賠申請 / 查詢 > 表單下載與填寫

免付費學保專線：0800-036-567

TT-03

青菜、水果、蛋白質，三大營養守護孩子的成長



高麗菜的營養價值

鈣、鐵、磷：含量名列前五，鈣是黃瓜的 5 倍、番茄的 7 倍。
維生素 K、U：有助於血液凝固、保護胃黏膜，降低潰瘍風險。
膳食纖維：促進腸道蠕動、幫助排便。
維生素 C：提升免疫力，幫助抵抗感冒。



青江菜的營養價值

β -胡蘿蔔素：維護眼睛、皮膚與黏膜健康。
膳食纖維：促進腸道蠕動、改善便秘，降低膽固醇與血糖波動。
鈣質：每 100g 含 104mg 鈣，吸收率佳，幫助骨骼牙齒健康。
葉酸：幫助製造血清素，有助於維持好心情、抗憂鬱。



鳳梨的營養價值

增強免疫力：維生素 C 豐富，幫助預防感冒。
促進消化：鳳梨酵素可分解蛋白質，減輕腸胃負擔。
抗氧化：抵抗自由基，延緩衰老、保護細胞。
抗發炎：鳳梨酵素具天然抗炎效果，運動後食用更適合。
護心血管：鉀能調節血壓，降低心血管疾病風險。

青菜、水果、蛋白質，三大營養守護孩子的成長



鴻喜菇的營養價值

- 增強免疫力：多醣體與鋅能提升身體防禦力，幫助維持健康。
- 強效抗氧化：富含硒、鋅，可清除自由基，延緩老化並具抗癌潛力。
- 促進腸道健康：膳食纖維能改善消化、幫助排便。
- 支持代謝與解毒：維生素B群與鳥氨酸有助能量代謝、肝臟解毒與消除疲勞。
- 低卡護心：熱量低、脂肪少，並含鉀，有助維持心血管健康，適合減脂飲食。



棒棒腿的營養價值

- 高蛋白質：每 100 克含約 17 克蛋白質，有助於肌肉合成、運動後恢復與提升體力。
- 支鏈胺基酸（BCAA）豐富：包含白胺酸、異白胺酸與纈胺酸，能促進肌肉修復、減少疲勞。
- 營養均衡：含有維生素A、B群、E，以及鐵、鋅、硒、鉀、磷等，全面支持免疫與代謝。
- 適中熱量：每 100 克約 159 大卡，脂肪 10 克，屬於低碳飲食或增肌餐的好選擇。
- 肉質細嫩：相比雞胸，棒棒腿更嫩滑多汁，適合多種料理方式，口感佳且容易被接受。



玉米的營養價值

- 促進腸道健康：富含膳食纖維，可幫助排便、促進腸道蠕動，維持良好消化功能。
- 增進能量代謝：含有維生素B群（B1、B2、B6、菸鹼素），有助於能量轉換與代謝正常。
- 調節生理機能：鉀、鎂等礦物質能維持體液與電解質平衡，並幫助肌肉及神經正常運作。
- 護眼明亮：黃玉米含β-胡蘿蔔素、葉黃素及玉米黃素，有助於保護視力、維持眼睛健康。
- 營養主食選擇：屬於全穀雜糧類，相較於精緻澱粉（如白米、吐司），營養更完整，適合作為健康主食來源。

人智學啓迪下的親職教育（上）

演講：Marjorie 老師 | 紀錄：詩婷、郁婷

《自然、飲食與規律》

一千個來自不同地方的孩子，竟然只有十七個孩子能達成

目前全世界的孩子面臨了整個身體運動發展困難的現象，簡單的說，就是現在的孩子沒辦法像十年前或甚至是二、三十年前的孩子那樣靈巧、順暢地移動身體了。最近在紐西蘭進行了一項兒童發展測驗，他們測試從全國各地來的一千個孩子，要求這些孩子完成十二件他們認為孩子應該有能力做的事，但結果卻令人驚訝，這同樣的十二個測驗指標在十五年前做測驗時，是絕大多數的孩子都能完成的，但現在一千個來自不同地方的孩子，竟然只有十七個孩子能達成，這十二件事在十五年前幾乎是每個孩子都會做的！大家開始急著找原因，而造成的因素似乎又多又複雜，空氣的汙染、食物汙染或者父母總覺得外頭不安全因此只允許孩子坐在車子裡，不讓孩子到戶外玩……

你至少要留一天的時間是可以帶孩子去親近自然的

我們可以理解二十一世紀的現代人都非常忙碌，可是即使這麼忙，做父母的在週末還是得努力的帶孩子到公園或郊外親近大自然，孩子們如果沒有大人的帶領是沒有辦法自己去的，所以即使你在一個禮拜當中都很忙碌，週末也還有事情要處理，你都要把這件事放在心上，你至少要留一天的時間是可以帶孩子去親近自然的，讓他們可以在

草地上奔跑、在水裡玩、在沙地上玩、讓他爬樹，讓他們盡情地做些在都市裡不能做的事，而且大自然中空氣好，孩子就不會一直生活在充滿汙染的都市裡。一開始你或許缺乏興趣，但漸漸地你會發覺你也變得為週末感到興奮、快樂，你會享受為孩子找尋好玩的地方，這同時也帶領著你和孩子建立一種很不一樣的關係，你會在過程中從孩子身上學習到你從未學到的東西，孩子也會從你身上學習到他從未學習到的東西，比如他會知道你有那麼厲害、你會釣魚、你會砌沙堡、你會搭帳棚……等等。



外帶飲食含有高糖份、高鹽份，加上使用味精的問題，其實並不健康

再來是給孩子正確飲食，當然再一次我們又看見我們的藉口是很忙，在外面買很方便，到處都有餐廳供應外帶，自己做飯花時間又累人，但是大部分的外帶飲食含有高糖份、高鹽份，加上使用味精的問題，其實並不健康。特別是高糖分、高鹽分會直接的影響孩子的內在器官。孩子剛出生的時候我們都會覺得他們很完美，每一個都是完美的小嬰兒，但這個完美的小嬰兒其實還沒有發展完成，他的一切才剛剛開始而已，他所擁有的只是一切發展的可能性，這個發展的可能性包含了感官發展的可能性、內在器官的可能性、圖像發展的可能性等，以高鹽分的食物來講，它容易影響心臟發育、引發心臟病；高糖分食物則有引發糖尿病的危險，現在糖尿病的小病人已經越來越多了。我們都知道，今天我們所吃進的很多食物在種植過程中都加入農藥、化肥，或者在食品加工過程又加入化學添加物，於是我們的體內就開始累積毒素，有愈來愈多的人會去買有機的食物，或者在自家花園種植蔬菜，為了更健康的飲食你必須多花時間、體力，但獲得健康是最佳的報償。

當食物在製作過程裡被注入關懷和愛的時候，它所擁有的特質完全不同

罐裝食品的使用情形經常在孩子的嬰兒時期就發生了，超市裡的嬰兒食品感覺上真的很方便，只要到超級市場買個半打回來，等孩子餓的時候把它一打開就可以餵孩子了，這比起你要去找到一家有機商店、買有機食物自己烹調或者自己收割花園裡的蔬菜來烹調再餵你的

孩子省事多了。但是當食物在製作過程裡被注入關懷和愛的時候，它所擁有的特質是和那些從工廠被大量製造出來的罐頭食品完全不同的。孩子需要健康均衡的飲食，因為在生命頭幾年裡所奠定的基礎對孩子接下來的一生有很大的影響，所以我們應該為孩子的身體健康努力，孩子的身體就像他的房子，蓋房子不會突然從三樓開始蓋的，你一定要從基礎好好開始，然後一樓、二樓、三樓的蓋上去，你需要給他們健康的飲食建構健康的身体，才能提供生命發展堅實的基礎。

身體適應規律後，孩子就可以更充分的去發揮整個環境所提供給他的東西

第三件事情是規律，孩子需要足夠的睡眠他才能夠成長，需要有好的習慣來創造健康的生命力，這也就是在娃得福幼兒園裡所強調的規律節奏。幼兒時期的規律節奏是由很大、很長的呼氣和小、短短的吸氣所組成的，孩子需要有很長的呼氣然後短短的吸氣。這個呼氣的時間就是孩子的自由遊戲時間；短短的吸氣就是請孩子和他們的朋友進行團體的活動，例如：晨頌、說故事、點心、用餐等等，這當中是有一個穩定的流動，一呼一吸、一放一收。當孩子剛進幼稚園的時候，多半需要一段時間來適應這樣的節奏，主要的原因是他的身體還不熟悉這個節奏，通常一個月的之後孩子們就能適應這樣的節奏了。這就好像有一窩的小鳥，鳥媽媽用自己的羽毛為孩子鋪了一個又膨鬆又溫暖的窩，小雛鳥必需把自己的身體全都縮進窩裡，好讓自己可以被包圍起來，孩子適應規律的過程，就好像小雛鳥要適應他們的窩一樣，當他的身體可以適應固定規律

後，孩子就可以自由的去遊戲，並且更充分的去發揮整個環境所提供他的東西。

最後孩子的身體也都完全記得每天的家庭生活該如何

孩子在學校裡需要固定的規律，在家裡也需要固定的規律，因為他需要像小雛鳥讓身體適應鳥窩般的讓他最終感到舒服、自在。每天晚上家庭生活的規律可依每個家庭的習慣、喜好和需求來安排，該完成的事情包括：洗澡、吃飯、遊戲、上床睡覺、聽故事等等，同時我們視孩子的年齡需求來安排。接下來，那一件事情該在那一個時間發生，你只需要在正確的順序以及差不多的時間讓它發生就可以了，我們並不需要準點的照表操課，重要的是固定的順序、一呼一吸的間隔與規律節奏，最後孩子的身體也都完全記得每天的家庭生活該如何，他會準時地覺得肚子餓、想睡覺。如果孩子總是搞不清楚他什麼時候吃飯、什麼時候洗澡、什麼時候聽故事、上床睡覺：他整個人就好像飄浮在半空中，他緊張、焦慮，因為他不曉得接下來要做什么，他無法放鬆，孩子一旦無法感受安全自在，父母帶起來就很辛苦。但是只要我們給孩子規律，最後孩子自己的身體也都會記住這樣的規律，他的身體準備好下一件事情的發生，他完全的融入節奏之中，他也就没有必要和父母發生那些不必要的衝突。特別是夫妻倆個都在工作又不只一個孩子的時候，這個規律更顯得重要，這需要夫妻倆個坐下來好好的討論，千萬不要以為規律會自然形成，也不要訂一個好高騖遠、不切實際的規律，夫妻倆兒坐下來好好討論，要照顧每個孩子不同的需要，當有一半把第一個孩子弄上床的時候，另一半就可先做別的家事或照顧其他的孩子……好不容易你終於可以感受到家庭的規律了，孩子舒服、你也舒服，可是假期來了，爺爺、奶奶來了，或者要去奶奶家幾天，你會發覺你做的這些好像都被丟到窗外了，幾個禮拜後，你回到家，你覺得你好像又變急躁了，你又開始對孩子大吼大叫了，好像什麼事都不對勁了，然後你才突然想起你忘了那個節奏，沒關係，隨時都可以重新開始。



十月份教保計畫

日 期	09/29 ~ 10/03	10/06 ~ 10/10	10/13 ~ 10/17	10/20 ~ 10/24	10/27 ~ 10/31
節 氣		10/8 白露		10/23 霜降	10/29 重陽節
節 慶	10/3 祖父母節	10/9 祖父母節 10/6 中秋節			
晨 頌 主 題	動物賞月				好忙的蜘蛛
					追尋的馬胡德
故 事	老鼠		小蜘蛛的第一個網		青菜的故事
	小精靈	中秋救月	小蜘蛛的第一個網	頑皮鬼的故事	重陽節的故事
布 偶 戲	嫦娥奔月		馬萱卡與熊		
手 工	手指編/ 祖父母節手工	手指編/ 祖父母節手工	手指編	手指編	手指編
烹 飪	月餅	月餅	月餅	堅果枸杞 饅頭	南瓜葡萄乾 饅頭
英 文 歌 曲	Pass The Beanbag				
手 指 謠	打電話/藏		小老鼠上燈檯		剪刀、 石頭、布
國 語 歌 曲	秋蟬 銀樺樹	大又圓 的月亮 小小的風	好月亮	秋夜 在森林裡	月亮代表 我的心
台 語 歌 曲	柚仔	中秋節 八月十五	洗身軀	蟾蜍仔	磅米芳

【打電話】

一角兩角三角形
四角五角六角半
七角八角手叉腰
九角十角打電話
鈴！鈴！鈴！
請問你找誰？

【藏（手指謠）】

雲裡藏著水
水裡藏著魚
土裡藏著小種子
種子裡藏著花
天空中藏著星星
星星放著光明
請你請你請你請你
走進我心裡
請你請你請你請你
走進我心裡
歡迎秋天到。

【小老鼠上燈檯】

小老鼠 上燈檯
偷油吃 下不來
喵喵貓 貓來了
噍哩咕嚕滾下來

【剪刀、石頭、布】

剪刀、石頭、布，
剪刀、石頭、布，
一把剪刀、一塊石頭，
變成小白兔；
剪刀、石頭、布，
剪刀、石頭、布，
一把剪刀、兩把剪刀，
親親小白兔；
剪刀、石頭、布，
剪刀、石頭、布，
一把剪刀、一塊布，
捉住小白兔。
剪刀、石頭、布，
一塊石頭、一塊布，
我是章魚不是兔

【銀樺樹】

銀樺樹的森林
野獸的家鄉
那兒有大麋鹿
自由流浪
藍天和碧海
我會再回來
嗨呀呀嗨呀~嗨呀

【秋蟬】

聽我把春水叫寒
看我把綠葉催黃
誰道秋下一心愁
煙波林野意幽幽
花落紅 花落紅
紅了楓 紅了楓
展翅任翔雙羽燕
我這薄衣過得殘冬
總歸是秋天 總歸是秋天
春走了 夏也去 秋意濃
秋去冬來 美景不再
莫教好春逝匆匆
莫教好春逝匆匆

【大又圓的月亮】

大又圓的月亮讓我不害怕
大又圓的月亮讓我不害怕
每當黑夜來臨月亮高高掛
大又圓的月亮讓我不害怕

【小小的風】

小小風兒吹呀 在山林間吹著
它吹動樹梢 灌木叢跳舞
試著吹得很快 接著要停下來
大聲地呼嘯
安靜地停下來 呼~呼~

【秋夜（國語唸謠）】

亮晶晶，亮晶晶，
天上閃著小星星，
滿盈盈，滿盈盈，
一輪明月由東昇。
星星呀！星星呀！
你像誰的眼睛？
明月呀！明月呀！
你像誰的臉型？
唧鈴鈴！唧鈴鈴！
蟲兒奏樂真好聽！
唧鈴鈴！唧鈴鈴！
好像姐姐在彈琴！

【柚子】

柚子大出佇中秋
上界有名是文旦柚
柚子剝了手黏黏
食了放屁臭簽簽

【中秋節】

八月十五食月餅，
你來切，我來請，
月娘圓圓光顯顯，
親像天頂一面鏡。

【月亮代表我的心】

你問我愛你有多深
我愛你有幾分
我的情也真
我的愛也真
月亮代表我的心
你問我愛你有多深
我愛你有幾分
我的情不移
我的愛不變
月亮代表我的心
輕輕的一個吻
已經打動我的心
深深的一段情
教我思念到如今
你問我愛你有多深
我愛你有幾分
你去想一想
你去看一看
月亮代表我的心

【八月十五】

八月十五是中秋，
八月十五看月娘。
月娘圓圓若大餅，
月娘光光照山嶺。

【洗身軀】

洗身軀，洗頭髮
洗手，洗面，洗耳空
腹肚，絞腿，指頭仔縫
規身軀洗甲芳芳芳
洗了實在真輕鬆

【蟻起仔】

蟻起仔有撇步
爬避親像行街路
嘴舌直直吐
食蚊仔恰若在食補

【磅米芳】

芳芳芳，磅米芳，
豬仔困走來買一甕。
甕底破一孔，
沿路落米芳，
落到歸路芳芳芳。

【Pass The Beanbag】

Pass the beanbag round and round.
Pass the beanbag round and round.
Pass the beanbag round and round.
Pass the beanbag.....stop!
(Let's go faster!)
(Let's go slower!)
(Let's pass it the other way!)
(Faster?)
(Super fast!)
Pass the beanbag round and round.
Pass the beanbag round and round.
Pass the beanbag round and round.
Pass the beanbag.....stop!
Put the beanbag on the ground!

在 森 林 裡

狀元 德國民



1. 天黑了森林裡貓頭鷹在叫，和 和 和 和
2. 天亮了森林裡布穀鳥在啼，布 穀 布 穀

牠說 孩子們快快回家去，和 和 和 和
牠說 天亮了快快工作去，布 穀 布 穀

明月一輪高掛在天空中央，地上一群蟋蟀
陽光多燦爛照射草上露珠，村裡的公雞也——

貓頭鷹叫 和 和 和 和
齊高聲啼 布 穀 布 穀 布 穀

好月亮 (Guter Mond)

德國民歌 林心智譯



Gut-er Mond du gehst so stil- le, durch den Ab- end Wol- ken hin.
好 月 亮 你 那 麼 安 靜，走 在 晚 上 雲 層 裡。

Bist so ruh-ig dass ich fühl- e, dass ich oh- ne Ruh- e bin.
如 此 安 靜，讓 我 感 覺 自 己 沒 有 很 安 寧。

Trau-ig fol- gen mei- ne Blic- ke, dei- ne stil- len hei- tern Bahn.
我 的 眼 睛 看 著 天 上，望 著 你 走 過 的 地 方。

Oh wie hart ist mei- ne Ge- schic- ke, dass ich dir nicht fol- gen kann.
啊 月 亮，我 多 麼 希 望 能 夠 跟 在 你 身 旁。

童言童語

茉莉花班

孩子們用溫暖的雙手捏塑著蜜蠟球，澤睿捏塑出一條美麗的珍珠項鍊與我們分享時突然項鍊斷掉了！

老師：「沒關係，趕緊送去珠寶店請師傅幫忙修理。」

澤睿：「珠寶店？什麼是珠寶店？」

甯初：「珠寶店就是裡面有很多漂亮的手環和戒指的地方呀！我爸爸媽媽的結婚戒指就在珠寶店裡喔，真的！很漂亮喔！！！」

雞蛋花班

有一天舒云被蚊子咬，要擦紫雲膏，蘊初就很開心的大喊：「芋哟，快點妳來幫忙擦藥，紫雲膏的紫雲是你的芋哟。」

芒果班

某一天在室內遊戲的時候，祐希把棉繩掛在脖子上，拿著繩子一端的頭，靠近濬安的肚子說：「醫生會幫助你。」



- (1)巧甯挑戰走平衡橋，用雙手平衡，用雙腳慢慢的往前走。
 (2)王梓正溫柔的哄睡她的小寶寶，一邊唱著：「寶寶睡，趕快睡……」(3)愛希在爸爸的幫助下，勇敢挑戰獨木橋。(4)泥巴天結束，宥威和允晞一起合作幫忙把鍋子裡的泥巴水倒出來，嘩啦啦嘩啦啦。(5)季蓁公主蓋好城堡，布置的很豐富，坐在城堡上享受美食還有很多動物娃娃陪伴。(6)我們正在為阿公阿嬤製作天然美味的冬瓜愛玉～愛玉籽搓呀搓，搓呀搓，慢慢的感受到滑滑的耶！(7)芸甄在窄窄的隧道裡踩著木頭前進。(8)致尹用自己的雙腳埋入沙子中，體驗沙子帶給他的感官經驗。

1	2	3	4
5	6	7	8



- (1) 紓沅開火車載芋哟，他們邊開火車邊唱歌，最後，紓沅說我們先休息一下吧！
- (2) 牧寰和子于一同合開了一家餐廳，子于負責烹煮食物，牧寰負責接外帶的客人電話。
- (3) 予喆和成宇坐在高高的櫃子上，聊天說：「我們現在在山頂上休息。」
- (4) 祐希和濬安一起用椅子排成了一列火車，準備坐好出發囉！
- (5) 睿駿：「來唷來唷～來買唷！這裡有賣熱呼呼的雞蛋糕喔～」
- (6) 意佳在享受好吃的海苔栗子飯糰，小牙齒開始工作囉！
- (7) 今天是快樂水彩天，樂樂拿著水彩畫筆邀請顏色仙子去遊戲嘍！
- (8) 若宸仔細篩著沙子，希望可以磨出細細的沙，就可以做出香香甜甜又美味可口的蛋糕囉！

1	4	6
2	5	7
3		8

10 月 娃得福營養菜單

日期			10 月 01 日 星期三	10 月 02 日 星期四	10 月 03 日 星期五
早上點心			芭樂	文旦	香蕉
午餐			季節時蔬 1 季節時蔬 2 玉米粒炒雞丁 南瓜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 香菇肉燥 大黃瓜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 毛豆炒雞丁 蓮藕湯
下午點心			鹹稀飯	蔬菜冬粉湯	月餅

日期	10 月 06 日 星期一	10 月 07 日 星期二	10 月 08 日 星期三	10 月 09 日 星期四	10 月 10 日 星期五
早上點心	中秋連假	蘋果	火龍果	芭樂	國慶連假
午餐		季節時蔬 1 季節時蔬 2 蒸蛋 海帶味噌湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 香菇滷雞腿 大黃瓜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 洋蔥肉片 豆腐湯	
下午點心		什錦麵	綠豆湯	鹹稀飯	

* 本園一律使用國產豬肉。

日期	10 月 13 日 星期一	10 月 14 日 星期二	10 月 15 日 星期三	10 月 16 日 星期四	10 月 17 日 星期五
早上點心	香蕉	百香果	鳳梨	木瓜	蘋果
午餐	季節時蔬 1 季節時蔬 2 菇菇鯛魚 玉米湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 醬燒豆包 什錦菇菇湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 紅燒雞丁 山藥湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 醬香滷肉 結頭菜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 毛豆炒雞丁 紫菜蛋花湯
下午點心	黑糖豆花	枸杞蔬菜麵線	魚片粥	麵疙瘩	月餅

日期	10 月 20 日 星期一	10 月 21 日 星期二	10 月 22 日 星期三	10 月 23 日 星期四	10 月 24 日 星期五
早上點心	蘋果	楊桃	香蕉	芭樂	光復節補假
午餐	季節時蔬 1 季節時蔬 2 洋蔥鮭魚 結頭菜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 炒豆干 大黃瓜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 香菇滷雞腿 南瓜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 紅蘿蔔炒肉絲 紫菜蛋花湯	
下午點心	關東煮湯	紅豆紫米粥	陽春麵	什錦米粉湯	

* 本園一律使用國產豬肉。

日期	10 月 27 日 星期一	10 月 28 日 星期二	10 月 29 日 星期三	10 月 30 日 星期四	10 月 31 日 星期五
早上 點心	梨子	芭樂	火龍果	蘋果	香蕉
午餐	季節時蔬 1 季節時蔬 2 豆芽菜蒸鱸魚 南瓜湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 滷豆腐 山藥湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 栗子雞丁 玉米湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 地瓜燉肉 味噌豆腐湯	季節時蔬 1 季節時蔬 2 洋蔥雞柳 大黃瓜湯
下午點心	五穀粥	黑糖地瓜湯	什錦麵	小米粥	南瓜葡萄乾饅頭

* 本園一律使用國產豬肉。

生日會

讓我們跟 予喆、天碩、巧甯、湘湘、宜盈、芮甯 說聲生日快樂喲！
(天上星星閃爍亮晶晶，小寶寶呀就要誕生~~)
帶路天使細心地引導，帶到地球溫暖的家！



生日會



生日會

