

# 產婦飲食

國泰綜合醫院

## 供應型式

### 每天供應

3 正餐+3 點心  
午水果，晚果汁

◎ 早餐可選擇西式  
三明治或中式

◎ 午、晚餐主食可  
選擇乾飯或稀飯  
或軟飯或麵

◎ 早點：腰子湯  
午點：甜湯  
夜點：蛋糕



中式早餐



午晚餐

### ◆ 定義

以均衡飲食為基礎，藉調整營養素及熱量的攝取，供給婦女在哺乳期間所需的營養。

### ◆ 目的

提供適當的熱量及營養素，以維持產婦本身的健康及嬰兒的營養需求。

### ◆ 適用對象

生產後婦女

## 營養供應量

早餐	午、晚餐	點心
400-500 大卡	800-900 大卡	150-250 大卡

