產婦飲食

- 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：生產後婦女

供應型式

五穀飯
清蒸鱈魚
滷花生
蘋果雞丁
黑豆排骨
炒青菜
水果

營養供應量

早餐	午餐	晚餐	早、午點	晚點
400-500 卡	800-900 卡	800-900 卡	200-250 卡	150-250 卡

附註

1. 早餐主食可選擇供應全麥土司、稀飯，並供應養生茶飲。
2. 午、晚餐主食可勾選乾飯外，或稀飯或麵，隨餐附水果。