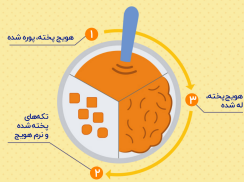


$\emptyset \pm \emptyset \xi \hat{U} \ddagger \hat{U} \dagger \hat{U} \dots \emptyset \xi \hat{U} \mathbb{E} \emptyset \cdot \emptyset \xi \hat{U} \cdot \emptyset^a \hat{a} \in \mathbb{E} \hat{U} \ddagger \emptyset \xi \hat{U} \mathbb{E}$
 $\emptyset^\circ \emptyset^\circ \emptyset \xi \hat{U} \mathbb{E} \hat{U} \mathbb{E}$

راهنمای بافت‌های غذایی

پس از اینکه فرزند شما به ۴-۶ ماهگی بافت‌های نرم و پودره شده تسلط پیدا کرد و وقت آن است که بافت‌های نرم و پودره شده را به او معرفی کنید. تجربه خوردن بافت‌های نرم و پودره شده می‌تواند به او کمک کند تا مهارت جویدن و تکامل‌یافتن بر او بیفتد. با بافت‌های مختلف از چوب گوشت، ماکارونی، کته و برنج می‌توانید به او کمک کنید تا با بافت‌های مختلف آشنا شود.

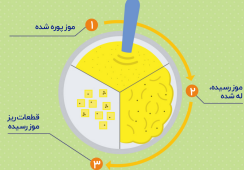
گروه ۱: سبزیجات



سایر مواد پیشنهادی

- گوجه‌فرنگی**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- نخود فرنگی**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- کلم بروکلی**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده

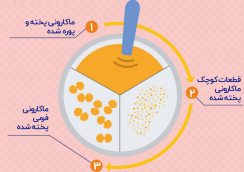
گروه ۲: میوه‌ها



سایر مواد پیشنهادی

- هلو**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- توت فرنگی**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- گلابی**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده

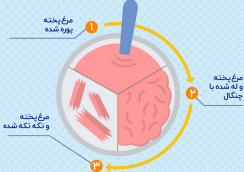
گروه ۳: غلات



سایر مواد پیشنهادی

- غلات بدون گلگون**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- پنیر**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- ماکارونی**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده

گروه ۴: گوشت/ مرغ و غذاهای پروتئینی



سایر مواد پیشنهادی

- گوشت گاو**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده
- عسل**
 - پودره شده
 - پخته شده
 - پخته شده و نگین شده

فراموش نکنید!

- غذا نرم باشد
- از بافت‌های نرم شروع کنید و به بافت‌های سفت‌تر برسید. اگر کودک شما با بافت‌های نرم و پودره شده مشکل دارد، به بافت‌های نرم‌تر و پودره‌تر برگردید.
- بافت‌ها را به آرامی و به تدریج تغییر دهید. اگر کودک شما با بافت‌های نرم و پودره شده مشکل دارد، به بافت‌های نرم‌تر و پودره‌تر برگردید.
- از بافت‌های نرم و پودره شده شروع کنید و به بافت‌های سفت‌تر برسید. اگر کودک شما با بافت‌های نرم و پودره شده مشکل دارد، به بافت‌های نرم‌تر و پودره‌تر برگردید.
- با بافت‌های نرم و پودره شده شروع کنید و به بافت‌های سفت‌تر برسید. اگر کودک شما با بافت‌های نرم و پودره شده مشکل دارد، به بافت‌های نرم‌تر و پودره‌تر برگردید.