

寶寶轉食期

可以嘗試吃副食品囉！

- ◎ 4個月開始？還是6個月開始？
- ◎ 餵什麼比較適合？
- ◎ 要餵多少才夠？

◎ 陳家小寶寶剛滿4個月，因為厭奶食慾越來越不好，讓媽媽很煩惱

> 寶寶阿嬤說...

> 寶寶爸爸說...

> 鄰居阿姨說...

◎ 小乖5個月囉！媽媽很開心地開始餵副食品，沒想到一吃完綜合蔬菜粥後，竟然全身起了紅疹...

副食品——為斷奶作準備，提供各類營養

- ◎ 寶寶滿4個月以上、體重達到出生時的兩倍或超過6公斤
 - 寶寶準備好了嗎
 - 是否有過敏體質
 - 一次一種新食材

副食品——為斷奶作準備，提供各類營養

◎ 寶寶滿4個月以上、體重達到出生時的兩倍或超過6公斤

＞ 寶寶月齡

- 第一階段：4-6個月
- 第二階段：7-8個月
- 第三階段：9-12個月

寶 寶 月 齡	餵 食 次 數	食 物 型 態	食 物 種 類
4-6個月	1次/一天	流質(湯狀)／半流質(糊狀)	米、澱粉類→蔬果類
7-8個月	2次/一天	半流質(糊狀)／半固體(泥狀)	可加肉類(魚肉→其他)
9-12 個月	3次/一天	半固體(泥狀)／固體(牙齦即可嚼碎)	高敏性食物(如帶殼海鮮)建議一歲後再試

Thanks for your attention !