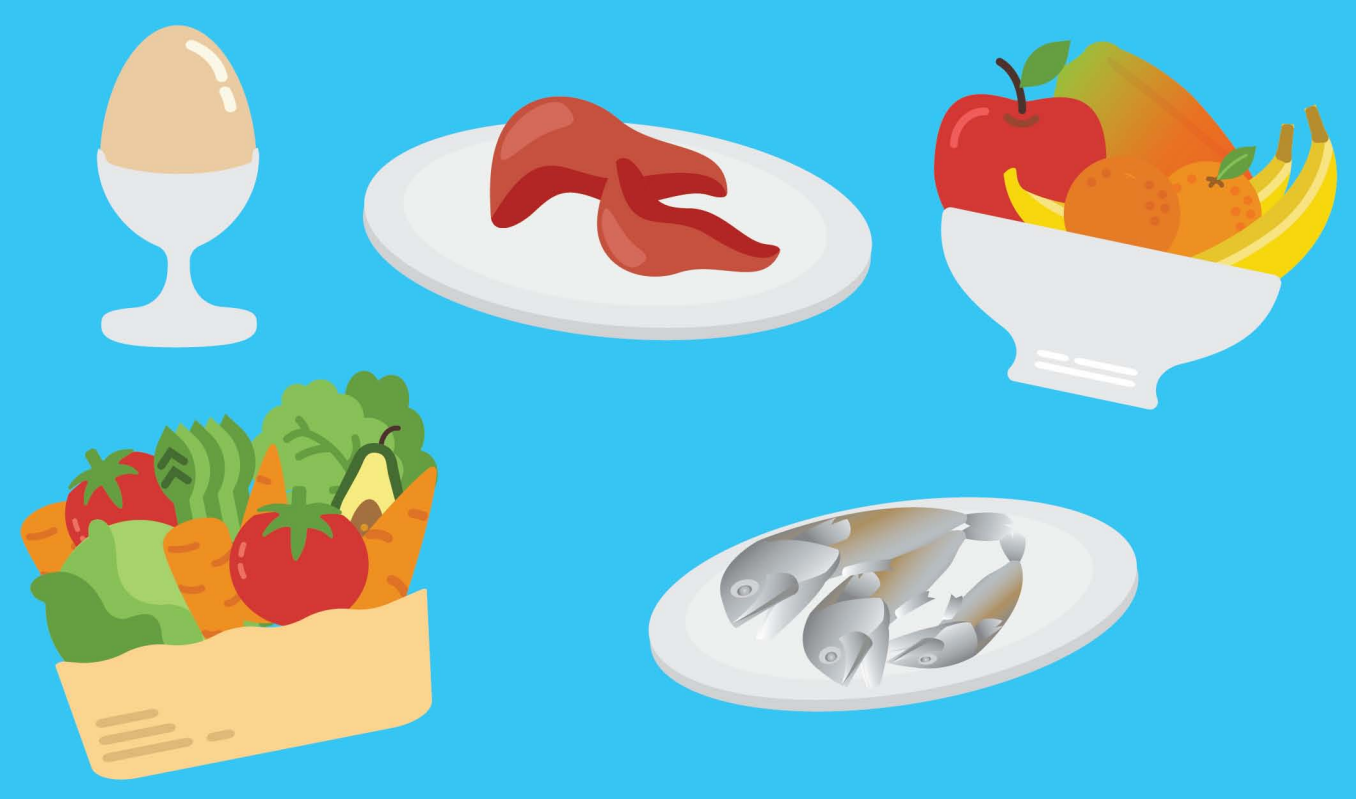


อาหารทารกอายุ 6 เดือน

กินวันละ 1 มื้อ ควบคู่กับนมแม่



กินนม
(นมแม่)
ได้ดี

กิน ปลา
ต้ม ไข่
ต้มได้ดี

กินผัก ผลไม้
ผิวพรรณผ่องใส
จับถ่ายดี

ตัวอย่างอาหารต่อมื้อ (อาจแบ่งกินวันละ 1-2 ครั้ง)

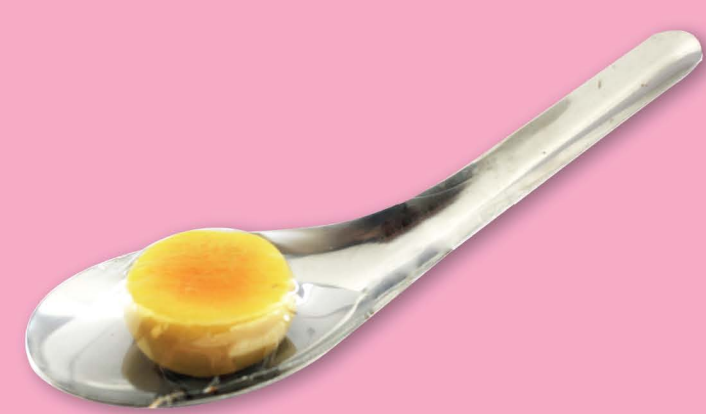
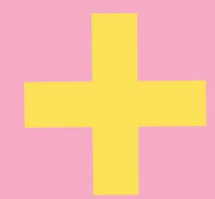
มื้ออาหารเช้า

มื้อว่างช่วงบ่าย

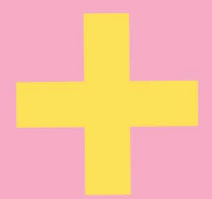
ตัวอย่างที่ 1



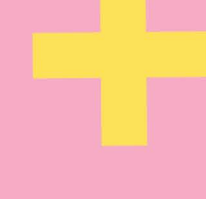
ข้าวต้มสุกบดละเอียด
2 ช้อนกินข้าว



ไข่แดงสุก
ครึ่งฟอง



ตำลึงต้มเปื่อยบดละเอียด
ครึ่งช้อนกินข้าว



น้ำมันพืช
ครึ่งช้อนชา

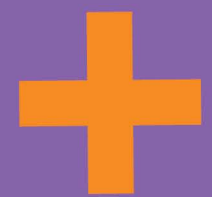


กล้วยน้ำว้าสุก
ครึ่งลูก

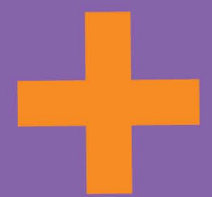
ตัวอย่างที่ 2



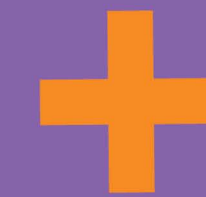
ข้าวต้มสุกบดละเอียด
2 ช้อนกินข้าว



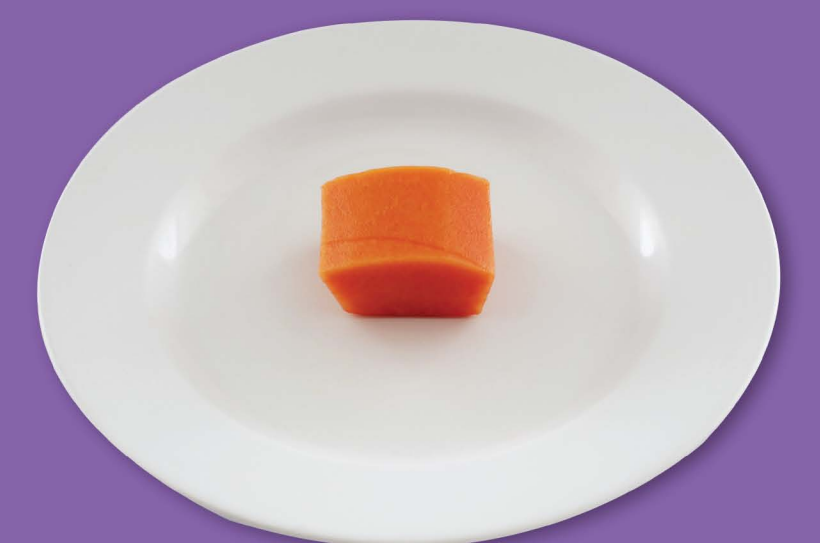
ปลาสุกบดละเอียด
1 ช้อนกินข้าว



ฟักทองต้มเปื่อย
บดละเอียด ครึ่งช้อนกินข้าว



น้ำมันพืช
ครึ่งช้อนชา



มะละกอสุก 1 ชิ้น
บดละเอียด

ตัวอย่างที่ 3



ข้าวต้มสุกบดละเอียด
2 ช้อนกินข้าว



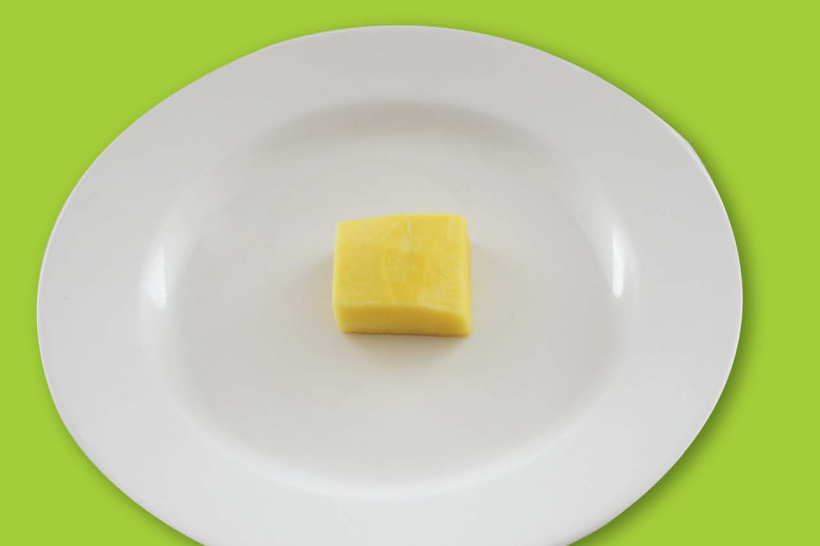
ตับสุกบดละเอียด
1 ช้อนกินข้าว



ผักหวานต้มเปื่อย
บดละเอียด ครึ่งช้อนกินข้าว



น้ำมันพืช
ครึ่งช้อนชา



มะม่วงสุก 1 ชิ้น
บดละเอียด

เสริมการเจริญเติบโต



กินยาเสริมธาตุเหล็ก
สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

* หมายเหตุ *

1. อาหารหนืด ข้น ไป สามารถเติมน้ำซूपจากธรรมชาติที่ไม่ผ่านการปรุงแต่งรส ให้ หนืด ข้น พอดี
2. ไม่ปรุงแต่งรสอาหาร

