



نتفق
SHAFAK

التغذية التكميلية للطفل اعتباراً من عمر 6 أشهر

- ◆ أرضعي طفلك رضاعة طبيعية (من الثدي) كلما أراد
- ◆ بالإضافة الى وجبات الطعام واستمري كذلك حتى عمر السنتين



يجب تدرج الأغذية التكميلية حسب العمر

6 - 8 أشهر

- 1- تجنبي تقديم عصير الفواكه الصناعية (المحلاة ويفضل إعطاء الفواكه الطبيعية المهروسة)
- 2- تقديم الخضروات مسلوقة ومهروسة
- 3- يمكن إضافة قطع من صدر الدجاج او الأسماك او قطع اللحم البقري المطهية جيداً الى وجبة الخضروات
- 4- إضافة اللبن وصفار البيض المطهي الى غذاء الطفل

ابدئي دائماً بالرضاعة الطبيعية قبل تقديم وجبات الطعام للطفل

9 - 12 أشهر

يراعى تقديم الطعام المفروم ناعماً (يمكن تقديم الفواكه المقطعة بشكل يسهل على الطفل التقاطها وذلك بالإضافة الى الرضاعة الطبيعية)

12 - 24 أشهر

يأكل الطفل طعام الاسرة
(مهروس أو مفروم حسب العمر)

أطعمي طفلك دائماً باستخدام صحون واكواب نظيفة بدون الحلمة او المصاصة

علامات الخطورة لطفل فوق الشهرين

- الاختلاج
- الزرقاة
- الوسن أو فقدان الوعي
- تسرع وصعوبة في التنفس
- الإقياء المستمر
- انخساف الصدر
- الإسهال المستمر
- التجفاف
- دم في البراز

يرجى التواصل عبر الرقم
00905317655650

لتقديم الشكاوى و الاقتراحات: