

# 嬰兒副食品

鄭佩玲

以下介紹嬰兒各種副食品的作法：

## 一·蛋黃泥

蛋黃含有蛋白質、鐵質，及維生素A，大約在嬰兒3、4個月大時就可添加。

將整個蛋煮熟，再取出蛋黃磨成泥狀，加少許開水或菜湯、米湯，或牛奶調成漿狀即可，先從少量開始餵食， $\frac{1}{4}$ 茶匙（大約 $\frac{1}{4}$ 個蛋）即可。

有些嬰兒對蛋白的蛋白質過敏，所以要等嬰兒8~10個月大時才能吃整個蛋。

做法很簡單，將整個蛋放入飯碗中打散，加少許鹽，加清水至8分滿，蒸10分鐘即可。甜蒸蛋的做法是在打勻的蛋液中加少許奶水及糖，放在沸水中蒸熟即可。嬰兒斷奶後，可吃白水煮的嫩蛋。

## 二·肉泥：

在嬰兒6、7個月大時就可給他們吃些肉類食物，在這之前可給嬰兒罐頭食品肉泥類，等嬰兒逐漸習慣肉泥和肉湯後，再給絞過的肉類或肝類。

肝類可以先煮熟或蒸熟，除去筋膜，加原湯或米湯碾成泥狀，同

樣先從1茶匙開始，逐漸增加餵食量。

## 三·主食類：

嬰兒3個月大時即可餵他吃稀的米湯，慢慢增加米湯的濃度，增至拌有飯粒的米湯。

米漿也很容易被嬰兒接受，它的做法很簡單，先將米洗淨、浸泡，用果汁機打成漿狀，在火上熬煮一段時間即可。

另外，花生也可用果汁機打成花生汁，加入米漿中，酌量加些糖，熬煮成粥。

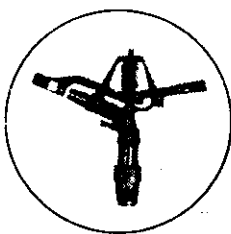
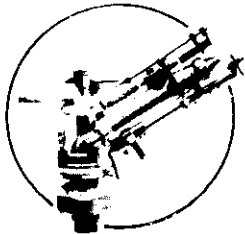
在嬰兒4個月大時就可開始餵

Royal Coach/Buckner  
HYDRO RAIN

# 噴灌·滴灌

噴灌：衝擊式噴頭·噴槍·過濾器  
跳起式噴霧器

滴灌：點滴頭·點滴管·調整器  
各型器材銷售及全套設備之設計、估價、施工



台灣綠水股份有限公司  
日本グリーンエンジニアリング株式会社  
台北市民權東路67號11F  
電話：(02) 591-5401·598-3351

# 國語日報

## 父母愛子女·子女愛國語日報

### 為什麼家家歡迎國語日報？

國語日報是一份「小型的大報」，內容純正高尚，消息迅速正確，短評「日日談」立論公正，專欄跟副刊可讀性極高。

國語日報全部用白話文撰稿，並且字字注上標準國音。常讀國語日報，可以學國語、學現代文字。

國語日報每天有「兒童」「少年」「家庭」副刊，並有兒童習作園地「我的作語」和「小畫家」。一份報，全家看。國語日報附贈的雙週刊「古今文選」經海內外各大中學選為國文課本。「書和人」是介紹書籍與人物的權威讀物。報費每月120元。

### 國語日報出版部

設有舒適美觀的書室，陳列本報出版的兒童讀物、家庭讀物、國語文書刊。每天營業到晚上八點，歡迎家長下班時帶子女來買書看書。

### 國語日報語文中心

設備雅潔舒適，教室氣溫調節，開有外籍人士和華僑華語班、國人國語正音班，中小學生作文班，成人、兒童書法班。採小班制，重視個別指導。

訂報電話：3412448 · 台北市福州街十號  
出版部書屋電話：3413510 · 台北市福州街十一號之三  
語文中心電話：3418821 · 台北市福州街11號之3三、四樓