



健康活潑(林博誠)

以麵糊，用麵粉加奶粉，少量糖水調勻後，煮7、8分鐘即可。如果麵粉先以小火乾炒過，就成麵茶，味道較香，且更易消化吸收。

至於麥粉，嬰兒在4~6個月大時，可吃添加了鐵質的麥粉，有些廠牌還添加其它的維生素和礦物質，可以直接加入牛奶中或開水中，用湯匙餵食。

芋類或洋芋，煮熟後搗成泥狀，再加些牛奶或肉湯，就可讓嬰兒吃。

一般嬰兒到了7個月大時，就可以吃碎肉、青菜稀飯，方式可隨嬰兒喜好，做多種變化。

在調味方面，媽媽絕對不要以成人的口味來衡量，烹調時只能加入少量鹽，以免日後口味變得很重，非很鹹不吃。

四·蔬菜類：

嬰兒1個月大時，就可餵食蔬菜汁，綠葉青菜洗淨切塊，加入沸水中蒸爛，倒出菜汁即可。至於豆類或胡蘿蔔，需先洗淨剝細，用果汁機加水打碎再用紗布過濾，煮過即可。

菜泥可視嬰兒的情形，大約在5個月大時添加。選取綠色青菜或瓜類蔬菜，將青菜洗淨切碎，加少許水及少量鹽，煮熟即可。

菜泥可做多種變化，加入主食中，或與蛋一起蒸熟食用，但要嬰

兒比較大時才以這種方式調食。

添加菜泥時，每次只能給一種，每天從1茶匙慢慢增加。

五·水果類

嬰兒3、4個月大時，就可以開始用煮過或罐頭水果，做成泥狀或汁狀，加水稀釋後，先從1茶匙開始調起，而後慢慢增加到每天3湯匙未經稀釋的果汁。

果泥作法很簡單，首先選較柔軟且纖維少的肉質新鮮水果，水果經洗淨去皮，用湯匙刮取果肉，碾碎成泥狀，或用擦板磨成水果泥。可視嬰兒的喜好，加入牛奶等。大部分嬰兒對於水果類的接受情形良好。

六·維生素類：

魚肝油或滴補，要按照醫師指示使用，依嬰兒的個別差異而有添加時間上的不同，一般可自出生第2星期開始。

魚肝油含有維生素A、D，在哺乳前，用滴管滴在嬰兒舌尖上。滴補含有維生素A、D、C及複合維生素B。



T.C.O.

純正 蓖麻籽粕

原裝進口

最佳有機質肥料

省工·省本·多利

土壤改良
兼施肥

含有成分：
氮 5.5~6.5%
磷 2%
鉀 1%
有機物 82%

適應作物：

蘋果、梨、桃、葡萄、
柑桔、蕃石榴、蘆筍
枇杷、檬果、荔枝、蓮霧
茶樹、蕃茄、草莓、菸草
蔬菜、瓜類、豆類、
甘蔗、菠蘿、花卉。

經銷處：

(045) 874571 | 農友行
(045) 872919
(048) 321833 | 頂新公司
(048) 344705

台灣總代理：
泰坦企業有限公司
(02) 5361648~9