

营养

年龄	母乳	奶粉
出生至1个月		
1 - 4 月		
4 - 6 月		
6 - 9 月		
9 - 12 月		
12 - 24 月		

谷类食物	水果蔬菜	蛋肉禽类

食物 - 循序渐进

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

新食物		日期
准备	进食量	年龄

笔记	
----	-----------------------------------

食谱

困难



可供食用次数



准备时间



烹饪时间



烹饪过程



笔记

评级



食谱

原料

准备

食谱

困难



原料

可供食用次数



准备时间



烹饪时间

烹饪过程



笔记

评级



咨询医生

诀窍与建议