

# 宝宝参与制作食品可防挑食-喂养的常识与方法

产品名称	宝宝参与制作食品可防挑食-喂养的常识与方法
公司名称	北京爱心宝贝家政服务有限责任公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	北京市朝阳区西大望路59号院2号楼501室
联系电话	01087697560 13521520521

## 产品详情

让宝宝参与制作食物，不但可以提高宝宝的动手能力，还能促进宝宝的食欲，防止宝宝挑食。

[公司网站建设|https://www.5cocoi.com](https://www.5cocoi.com) 选购新的食物

妈妈可以首先带宝宝去超市买各式各样的蔬菜和水果，并可以选择一种新的食物。这样可以在训练宝宝观察力和动手能力的同时，激发他对新食物的兴趣。比如妈妈可以挑选宝宝从来都没有吃过的奶酪时，可以与宝宝一起在超市购买后，让宝宝仔细观察，给宝宝尝尝味道，然后让宝宝参与进来，用奶酪制作食品。

[招聘保姆|http://www.aixinbaomu.com](http://www.aixinbaomu.com)

### 宝宝自己“做”食物

妈妈用奶酪做早餐时，可以让宝宝将番茄沙司涂抹在打开的面包上，然后均匀撒上奶酪碎末，再将一根火腿肠放在面包中心位置，妈妈再把宝宝的半成品放入微波炉中。这样做出来的早餐宝宝可能会更喜欢吃，因为他觉得这是他自己“做”的食物。此外，妈妈还可以让宝宝用双手撕碎蔬菜、用面粉制作成面团和面片、帮妈妈择菜等，慢慢地，宝宝会帮妈妈做更多的事情。 [美术培训|https://www.5cocoi.net](https://www.5cocoi.net)

### 注意厨房安全

由于厨房的危险系数较高，一般不鼓励宝宝进厨房玩耍，妈妈可以让宝宝在饭厅的餐桌旁参与制作食品。但也要注意餐桌上的安全问题：先把刀具、叉子等尖锐物品收起来，告诉宝宝不要乱动，不要随便扔东西等，保证给宝宝自己做食品的东西是安全的，以免宝宝出现意外状况。