

12个月宝宝的喂养要点-宝宝营养全攻略

产品名称	12个月宝宝的喂养要点-宝宝营养全攻略
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

快到1周岁时，宝宝能吃的食物越来越多，但还是建议妈妈另外给宝宝单独做食物。

[苹果商店APP优化|https://www.5cocoi.com](https://www.5cocoi.com)

这一时期宝宝已长出了几颗乳齿，他已会用牙龈咬东西，食物不需要剁碎或是磨碎，应该有一定的硬度，其硬度相当于肉丸子即可。爸爸妈妈在做肉或鱼时可以撕成小片，蔬菜可切成片或是丝，面包可烤给宝宝吃。

[??|http://www.aixinbaomu.com](http://www.aixinbaomu.com)

本月，宝宝仍处于继续快速生长阶段，宝宝可以吃接近一般的食品了，如软饭、烂菜（指煮得烂一些的菜）、水果、小肉肠、碎肉、面条、馄饨、小饺子、小蛋糕、蔬菜薄饼、燕麦片粥等。但蔬菜要多样化，以逐步取代母乳或牛奶，使辅助食品变为主食。

[?????|https://www.5cocoi.net](https://www.5cocoi.net)

也可以在两餐之间给宝宝加一些点心或小零食，但要注意食物的营养价值，容易被消化的情况，而且不要影响宝宝的正餐。除了辅助食品外，仍要保证宝宝每天配方奶量在400~500毫升左右。为宝宝提供完整及均衡的营养，满足其营养需求。