

ဒိန်ချဉ်

# အဖတ်ပါသော အစားအစာများ စတင်ကျွေး ခြင်းမှ တစ်မိသားစုလုံးအတွက် ချက်ပြုတ်ခြင်းအထိ (From Starting Solids to Cooking for the Whole Family)

FREE  
Family Cookbook  
ယခု ရရှိနိုင်ပါပြီ။

သင်၏ နို့စို့ကလေးငယ်အား အဖတ်ပါသောအစားအစာများနှင့် စတင်ကျွေးလိုသော မိဘအသစ်ဖြစ်ပါသလား။ တစ်မိသားစုလုံး ကြိုက်နှစ်သက်မည့် လမ်းလျှောက်ခါစကလေးငယ်များအတွက် သင့်လျော်သောချက်ပြုတ်နည်းများကို သင် ရှာနေပါသလား။ အဖတ်ပါသောအစားအစာများမှ စတင်ကျွေးခြင်းမှ တစ်မိသားစုလုံးအတွက် ချက်ပြုတ်ခြင်းအထိ (From Starting Solids to Cooking for the Whole Family)- ကျွန်ုပ်တို့၏ချက်ပြုတ်နည်းစာအုပ်အသစ်စက်စက်ကို ယခုရရှိနိုင်ပါပြီ။

ဖတ်ရှုရလွယ်ကူသော ဤစာအုပ်တွင် အောက်ပါတို့အပါအဝင် အသုံးဝင်သောအချက်အလက်များ ပါရှိပါသည်-

- သင်၏ နို့စို့ကလေးငယ်အား မည်သည့်အစားအစာများကို စတင်ကျွေးရမည်
- မည်သည့်အစားအစာများကို ရှောင်ကြဉ်မည်
- အဖြစ်များပြီး ဓာတ်မတည့်သောအစားအစာတွေကို မည်သို့ သိရှိရမည်
- အစာနင်ခြင်း (choking) ကို မည်သို့ကာကွယ်ရမည်
- အစာရွေးလွန်းသော ကလေးငယ်များအတွက် အကြံပြုချက်များ

ထို့အပြင် Melton မြို့ရှိ မိသားစုများမှ မျှဝေထားသည့် လွယ်ကူရိုးရှင်းပြီး အရသာရှိသော ချက်ပြုတ်နည်းများကို တွေ့ရှိနိုင်ပါသည် - နို့စို့ကလေးငယ်များအတွက်သာမက တစ်မိသားစုလုံးအတွက်လည်း အထူးသင့်တော်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ၊ ဗီယက်နမ်၊ အာရတ်၊ ပန်ချာပီနှင့် ဆွာဟီလီ ဘာသာစကားများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။



ယခု ဒစ်ဂျစ်တယ်စာအုပ်ကို ရယူရန်  
QR ကုဒ်ကို စကင်ဖတ်ပါ။



ဒိန်ချဉ်

# အဖတ်ပါသော အစားအစာများ စတင်ကျွေး ခြင်းမှ တစ်မိသားစုလုံးအတွက် ချက်ပြုတ်ခြင်းအထိ (From Starting Solids to Cooking for the Whole Family)

FREE  
Family Cookbook  
ယခု ရရှိနိုင်ပါပြီ။

သင်၏ နို့စို့ကလေးငယ်အား အဖတ်ပါသောအစားအစာများနှင့် စတင်ကျွေးလိုသော မိဘအသစ်ဖြစ်ပါသလား။ တစ်မိသားစုလုံး ကြိုက်နှစ်သက်မည့် လမ်းလျှောက်ခါစကလေးငယ်များအတွက် သင့်လျော်သောချက်ပြုတ်နည်းများကို သင် ရှာနေပါသလား။ အဖတ်ပါသောအစားအစာများမှ စတင်ကျွေးခြင်းမှ တစ်မိသားစုလုံးအတွက် ချက်ပြုတ်ခြင်းအထိ (From Starting Solids to Cooking for the Whole Family)- ကျွန်ုပ်တို့၏ချက်ပြုတ်နည်းစာအုပ်အသစ်စက်စက်ကို ယခုရရှိနိုင်ပါပြီ။

ဖတ်ရှုရလွယ်ကူသော ဤစာအုပ်တွင် အောက်ပါတို့အပါအဝင် အသုံးဝင်သောအချက်အလက်များ ပါရှိပါသည်-

- သင်၏ နို့စို့ကလေးငယ်အား မည်သည့်အစားအစာများကို စတင်ကျွေးရမည်
- မည်သည့်အစားအစာများကို ရှောင်ကြဉ်မည်
- အဖြစ်များပြီး ဓာတ်မတည့်သောအစားအစာတွေကို မည်သို့ သိရှိရမည်
- အစာနင်ခြင်း (choking) ကို မည်သို့ကာကွယ်ရမည်
- အစာရွေးလွန်းသော ကလေးငယ်များအတွက် အကြံပြုချက်များ

ထို့အပြင် Melton မြို့ရှိ မိသားစုများမှ မျှဝေထားသည့် လွယ်ကူရိုးရှင်းပြီး အရသာရှိသော ချက်ပြုတ်နည်းများကို တွေ့ရှိနိုင်ပါသည် - နို့စို့ကလေးငယ်များအတွက်သာမက တစ်မိသားစုလုံးအတွက်လည်း အထူးသင့်တော်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ၊ ဗီယက်နမ်၊ အာရတ်၊ ပန်ချာပီနှင့် ဆွာဟီလီ ဘာသာစကားများဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။



ယခု ဒစ်ဂျစ်တယ်စာအုပ်ကို ရယူရန် QR ကုဒ်ကို စကင်ဖတ်ပါ။

