

Tôi KHÔNG nên cho bé ăn những thức ăn gì?



Các dạng ĐƯỜNG khác bao gồm:



mật ong



xi-rô cây phong
(maple syrup)



đường nâu



xi-rô vàng
(golden syrup)



đường thốt
nốt (palm
sugar)



nước ép
trái cây
cô đặc



xi-rô
gạo lứt



xi-rô ngô



nước xi-rô
đường
(chashni)



đường thốt
nốt cô đặc
(jaggery)



mật mía



sữa đặc



Để biết thêm thông tin,
vui lòng truy cập:
Hướng dẫn dành cho cha mẹ về
ăn uống của bé dưới 5 tuổi



Để xem hướng dẫn kỹ thuật số đầy đủ
'Từ Bắt đầu Ăn dặm đến Nấu ăn cho Cả
Gia đình', hãy truy cập [melton.vic.gov.au/
startingsolids](https://melton.vic.gov.au/startingsolids) hoặc quét mã QR



Bạn có thể cho bé ăn bất kỳ loại thức ăn nào của gia đình mà không cần thêm muối hoặc đường. Cơ thể bé còn quá nhỏ để xử lý muối và đường thêm vào.



Các dạng MUỐI khác bao gồm:

nước tương
(kể cả loại ít
natri)



nước
mắm



mắm tôm
lên men



bột đậu
đen lên
men



xốt
BBQ



xốt cà
chua



nước
dùng



nước
xốt



Bột ngọt/mì
chính (MSG)



Để biết thêm thông tin,
vui lòng truy cập:
Hướng dẫn dành cho cha mẹ về
ăn uống của bé dưới 5 tuổi



Để xem hướng dẫn kỹ thuật số đầy đủ
'Từ Bắt đầu Ăn dặm đến Nấu ăn cho Cả
Gia đình', hãy truy cập [melton.vic.gov.au/
startingsolids](http://melton.vic.gov.au/startingsolids) hoặc quét mã QR

