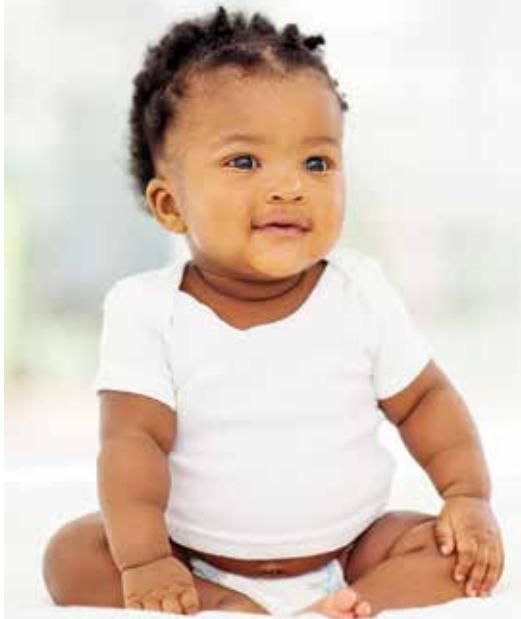


나는 이제 혼자서 앉을 수 있어요



나는 간을 하지 않은 맛미한 음식을 좋아합니다!

음식에 설탕, 시럽, 꿀, 버터, 소금, 향신료를 추가할 필요가 없답니다.

주스 대신 과일을 주세요.

나는 다음과 같은 행동을 할 수 있답니다.

- 손을 움직여서 장난감이나 음식을 입에 가져감
- 작은 물건을 집어들려고 함
- 퓨레된 음식을 입에 넣고 삼키려 함
- 스푼에 묻은 음식을 전부 먹음
- 도움을 받아서 컵의 내용물을 마심
- 기는 것을 배움

나는 배가 고플 때 다음과 같은 행동을 할 수 있답니다.

- 음식을 향해 손을 뻗음
- 음식을 가리킴
- 음식을 보고 신나함

나는 배가 부를 때 다음과 같은 행동을 할 수 있답니다.

- 음식을 밀어냄
- 입을 굳게 닫음
- 먹는 속도가 느려짐
- 음식을 가지고 장난을 치기 시작함

우유는 1살이 될 때까지 기다렸다가 먹여 주세요.

내가 먹을 준비가 되어 있는 질감의 음식만을 먹여 주세요.

나는 새로운 음식을 받아들이기 (먹기) 전에 10번 이상 시도해야 할 수도 있답니다.

음식 먹이기에 대한 질문은 모두 WIC 내 영양사와 의논해 주세요.

내가 먹을 수 있는 것	제공량	하루 제공 횟수
모유	내가 배고픔을 표시할 때마다 모유를 먹여 주세요(하루 약 3-5번 정도).	
영아용 조제 분유	6-8온스	3-5번(총 24-32온스)
영아용 시리얼(그릇에 얇게 적은 양만 깔아서)	2-4테이블스푼	1-2번
육류/생선(뼈를 제거함), 달걀, 치즈, 요거트, 콩, 두부 (여과하거나 퓨레됨)	1-2테이블스푼	1-2번
조리된 야채(여과하거나 퓨레로 만듦)	2-3테이블스푼	1-2번
조리되었거나 부드러운 과일(여과하거나 퓨레로 만듦)	2-3테이블스푼	1-2번
땅콩이 함유된 음식(부드러운, 퓨레된, 희석된, 그리고 얇게 깐 음식)	나는 6개월이 되면 땅콩이 함유된 음식을 먹기 시작할 수 있답니다. 땅콩이 들어간 음식을 먹이기 전에 먼저 의료 서비스 제공자와 의논해 주세요.	