

# طعام أطفال في علبة

قطع  
مكيفة حسب  
لعمر الطفل.

وجبات متوازنة  
ومكيفة حسب  
عمر الطفل

## أسئلة واجوبة شائعة

**سؤال:** لماذا من المهم وجود قطع في الطعام؟  
**جواب:** يحتاج الطفل الى أن يتعلم أكل الطعام الذي يحتوي على قطع ليُدرب الفم واللسان والحلق. كما أن البدء بإعطاء القطع يُساعد عندما يبدأ الطفل بالتدريب على النطق. اذا كان صعباً قليلاً على طفلك مضغ القطع في الطعام خلال المرات الأولى ننصح بأن تقومي بهرسها/أو تقطيعها الى قطع أصغر. وبعد ذلك قومي تدريجياً بزيادة حجم القطع.

**سؤال:** لماذا يكون هناك فرقة في طعام الاطفال عندما أسخنه في فرن الميكروويف؟

**جواب:** لأن الوجبات الصغيرة الجافة يمكن أن تُسبب فرقة في الميكروويف. ننصح بوضع كأس من الماء في نفس الوقت وأن يكون التسخين على درجة قوّة أقل.

**سؤال:** ماهو سبب أن العلبة غير المفتوحة لها مدّة صلاحية طويلة؟

**جواب:** يعدّ الطعام بنفس طريقة الطهي التقليدية بطنجرة الضغط. وبذلك لا يوجد أي مواد حافظة في طعام الأطفال. وسماع صوت النقرة (الكليك) عندما تفتحين علبة الطعام يُبين أنها كانت مُحكمة الاغلاق ومن الجيد أكل الطعام.

## قومي بما يلي

سخني كمية كافية من الماء في طنجرة أو دون غطاء في فرن الميكروويف. تحسسي أن يكون الطعام معتدل الحرارة. حرّكي الطعام لتتوزع الحرارة بشكل متساو. يحتوي لعاب الطفل على انزيمات تُحلّل الطعام، لذلك اذا أطعمت الطفل مباشرة من العلبة يمكن للطعام أن يصبح خفيفاً بعد فترة من الوقت.

## مقدار الجرعات

في عمر 4 أشهر يمكنك البدء بوجبات التدقّق، حوالي ملعقة شاي. زيدي الكمية بشكل متدرّج كلما أراد الطفل تناول المزيد. ويتبع قوام وتماسك الوجبات الساخنة يتبع عُمر الطفل. للأطفال الأصغر سنّاً يكون الطعام أكثر شبيهاً بالمهروسة (البيوريه) ومن 8 أشهر تبدأ قطع صغيرة بالظهور في الطعام.

## تاريخ انتهاء الصلاحية

موجود في جانب العلبة العلوي.

## طريقة الحفظ

تُحفظ بغطاء غير مفتوح. أما علبة وجبة ساخنة تمّ فتحها فيمكن حفظها في الثلاجة بغطائها لمدة أقصاها يومين. وتبقى مهروسة (بيوريه) الفواكه بغطاءها صالحة لمدة خمسة أيام في الثلاجة. ولايجوز حفظ الطعام الذي تمّ تسخينه.

## نصائح!

علبة طعام أطفال جديدة تفتحينها فيها يجب أن تُصدر دائماً صوت نقرة «كليك» عندما تفتحينها. يمكنك التحققّ منها مسبقاً في المتجر. إضغطي بإصبعك في وسط غطاء العلبة - اذا كان صوت غطاء العلبة مكتوماً فإن السداد مُحكم بشكل جيد. ولكن اذا كان غطاء العلبة ينثني عندما تضغطين عليه فإن الهواء تسرب الى داخلها ويمكن أن يكون طعام الأطفال قد تعرّض للتلف.

## هل لديك المزيد من الأسئلة؟

إتصلي بقسم اتصالات المستهلكين لدينا على هاتف 00 74 60 80، الساعة 9:30-12 والساعة 13-14 في أيام الاسبوع العادية.  
عنوان البريد الالكتروني: info@semper.dk