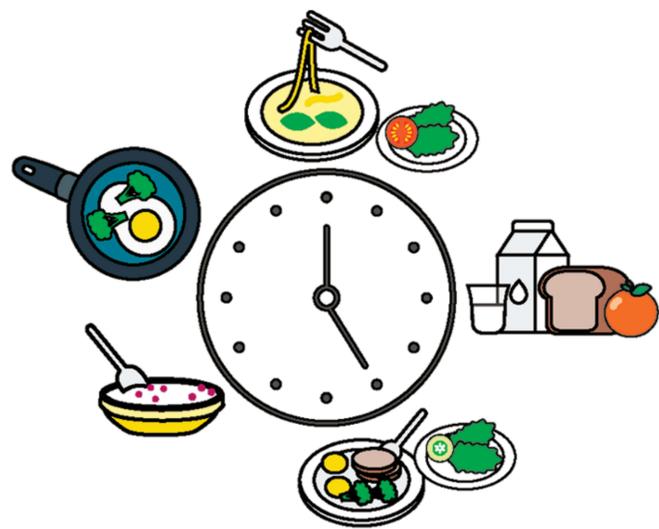
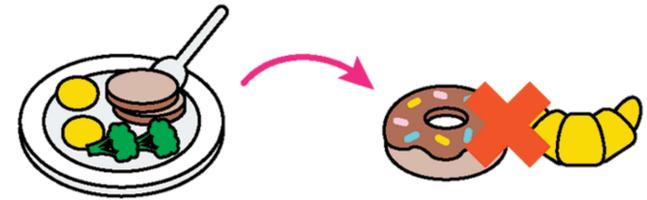


孩子是不是吃很多加餐，不想吃正餐？



保持合理的饮食节奏。一天吃五顿。

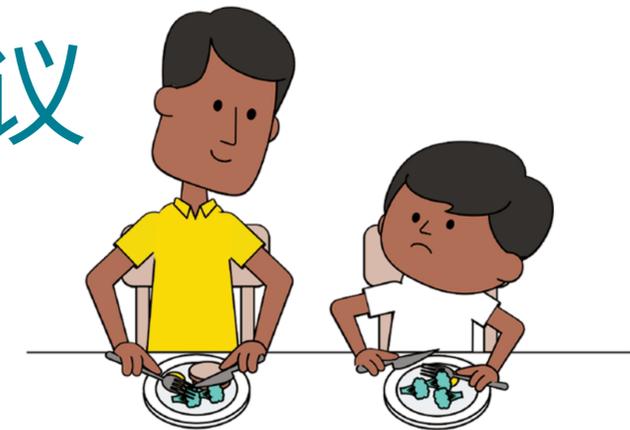


如果孩子不吃你提供的食物，不要给别的。等下一餐再吃。

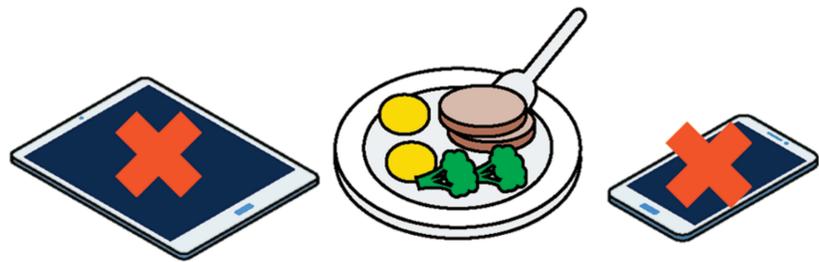


带孩子一起去买菜。

孩子不吃饭时的一些建议



一起吃饭！鼓励孩子尝一尝，但是不要强迫吃。如果孩子偶尔不吃，不会有危险。



不许带手机到饭桌。



带孩子一起做饭。