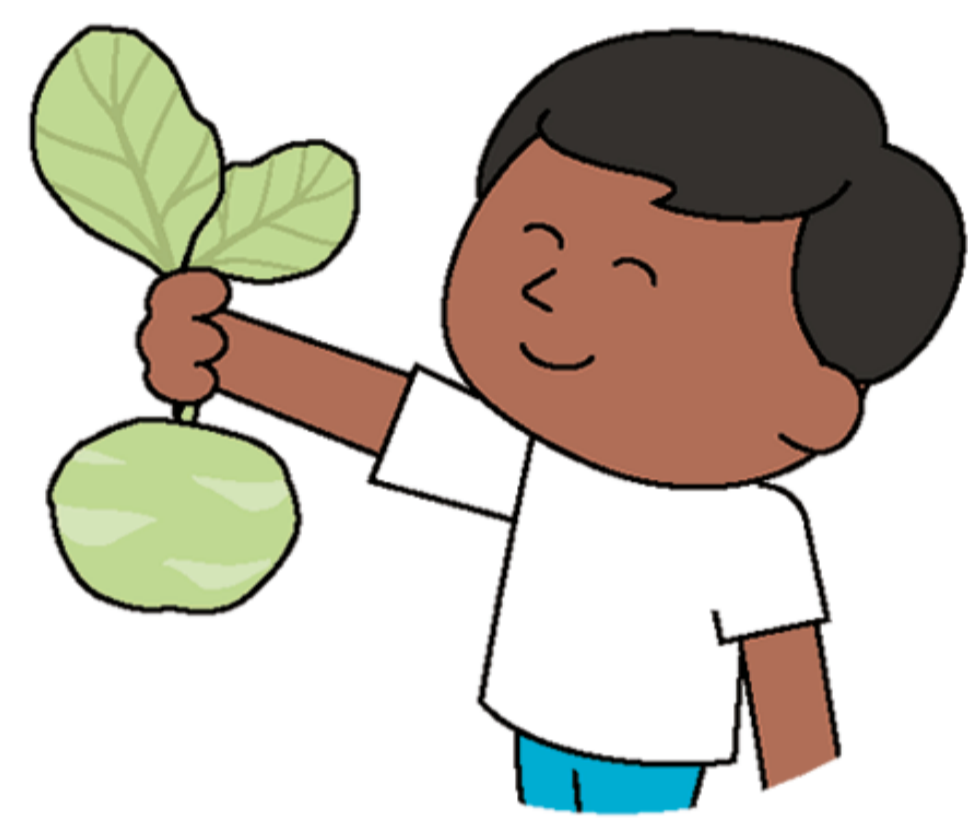
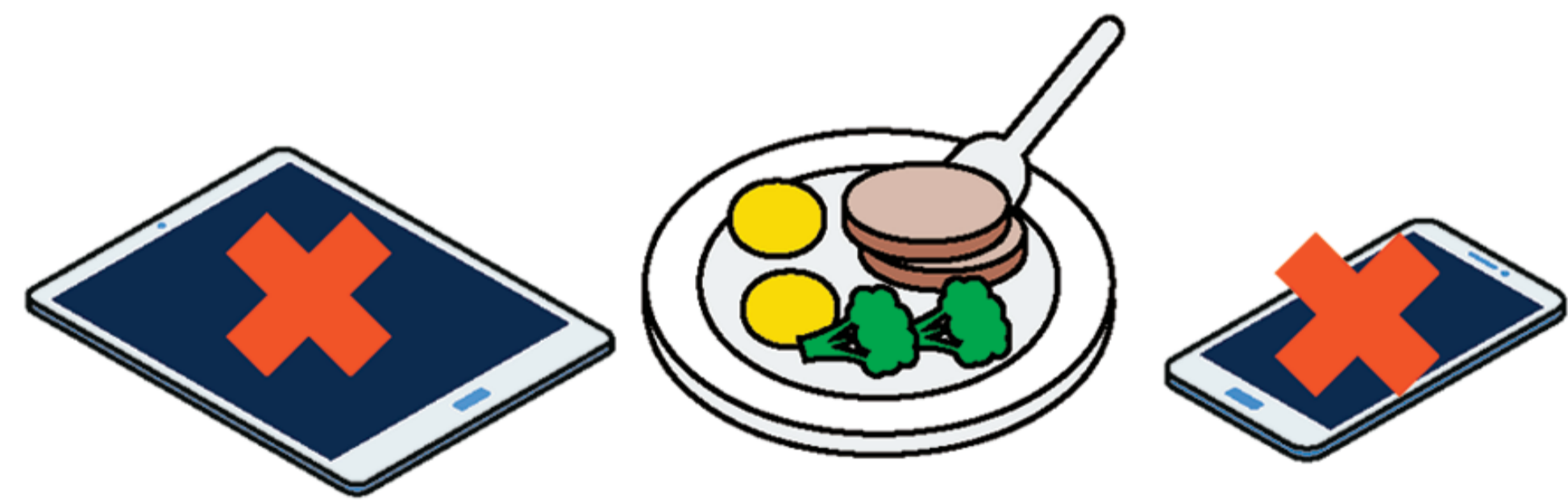


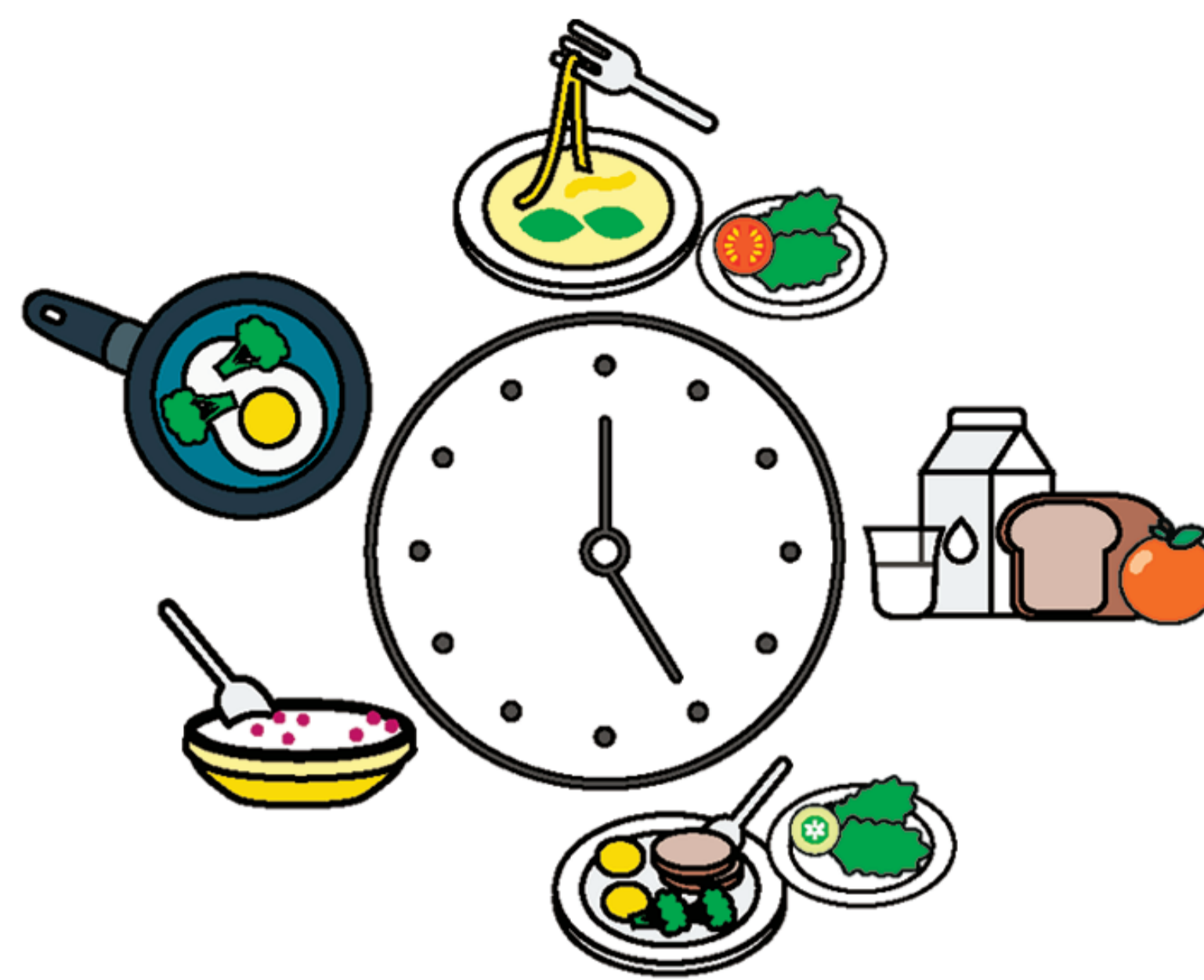
Прибегает ли ребенок так часто к перекусам, что еда кажется ему невкусной?



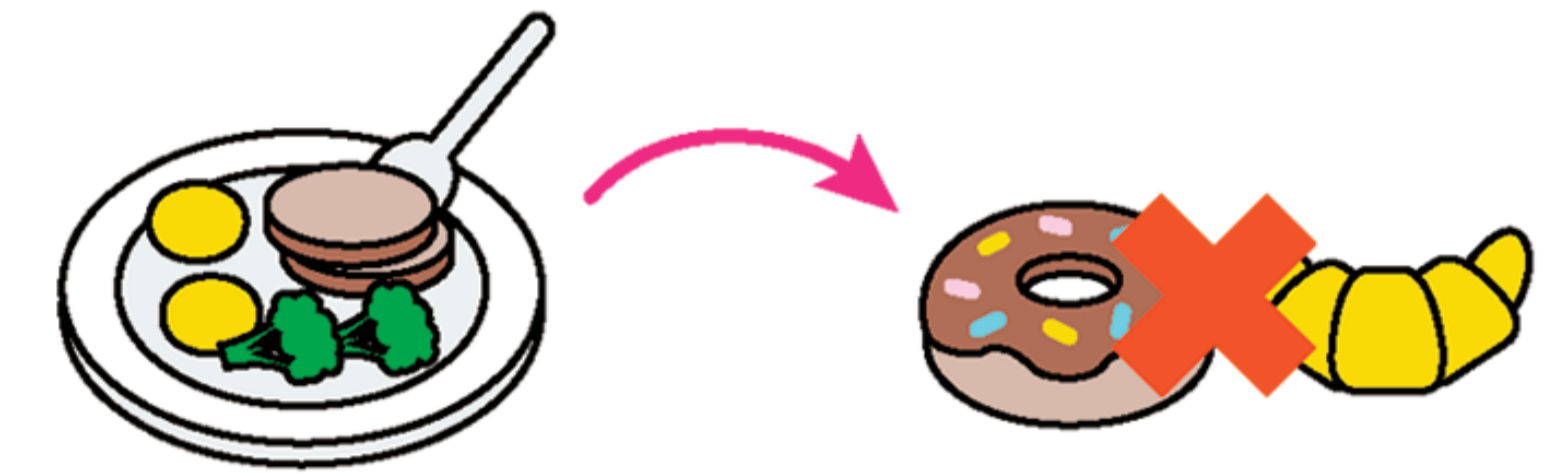
Возьмите ребенка с собой в продуктовый магазин.



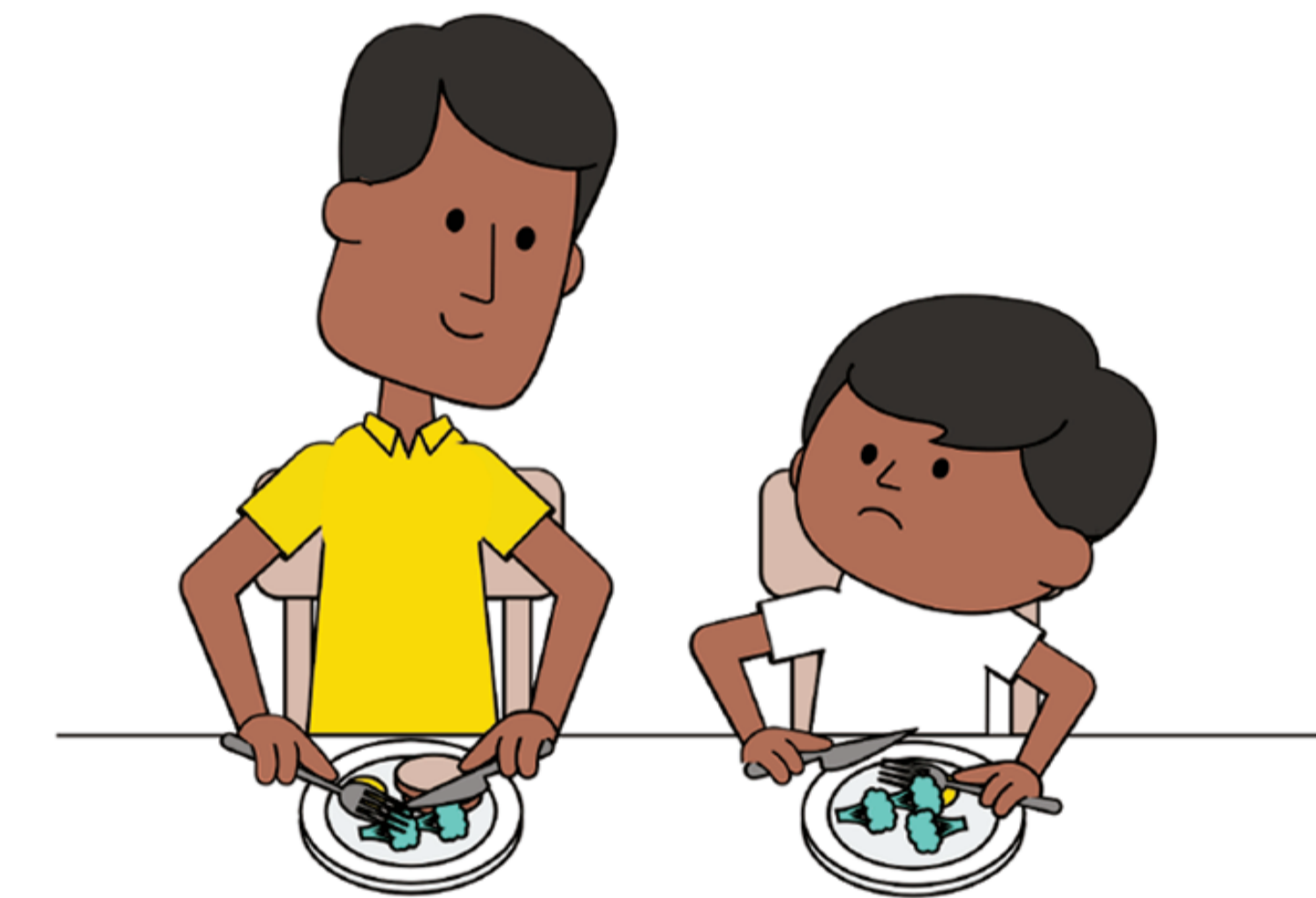
Никаких мобильных телефонов за столом во время приема пищи.



Соблюдайте регулярный режим приема пищи. Принимайте пищу 5 раз в день.



Если ребенок не принимает пищу, которую вы ему предлагаете, не давайте ничего другого. Только во время следующего приема пищи.



Принимайте пищу вместе! Поощряйте ребенка попробовать, но не заставляйте есть. Это не опасно, даже если ребенок не всегда ест.



Готовьте пищу вместе с ребенком.

# Советы, если ребенок не ест