WEEK 3 - 6 महीने के बच्चे का आहार

Meal Plan Chart

	पहला दिन	दूसरा दिन	तीसरा दिन	चौथा दिन	पांचवा दिन	छटवा दिन	सांतवा दिन
8:00 AM	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध
9:30 AM	उबला नाशपाती	केला mashed	उबला सेब	उबला नाशपाती	चीकू mashed	चीकू mashed	चीकू mashed
11:00 AM	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध
12:00 PM	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय
1:00 PM	मुंग दाल की खिचड़ी	मुंग दाल की खिचड़ी	मुंग दाल की खिचड़ी	सूजी का हलुआ	केला mashed	उबला सेब	सूजी का हलुआ
3:30 PM	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध
4:00 PM	छोटी नींद	छोटी नींद	छोटी नींद	छोटी नींद	छोटी नींद	छोटी नींद	छोटी नींद
6:00 PM	मुंग दाल	मुंग दाल	गाजर का puree	गाजर का puree	उबला सेब	केला mashed	चीकू mashed
8:00 PM	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध	स्तनपान formula दूध
8:15 PM	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय	सोने का समय