

10 माह के बच्चे का Baby Food Chart

	सुबह उठते ही	सुबह का नाश्ता	दोपहर से पहले	दोपहर का खाना	शाम का नाश्ता	रात्रि भोजन	देर रात
सोमवार	स्तनपान या formula milk	आलू पराठा	अंगूर आधा काट के	चावल दाल हरी-सब्जी	स्तनपान या formula milk	रोटी और मटर की सब्जी	स्तनपान या formula milk
मंगलवार	स्तनपान या formula milk	बेसन का चीला	केले का smoothie	दही चावल	स्तनपान या formula milk	छोटा सा आलू पराठा	स्तनपान या formula milk
बुधवार	स्तनपान या formula milk	सूजी उपमा	दो बिस्कुट	वेजिटेबल पुलाव	स्तनपान या formula milk	मसूर दाल की खिचड़ी	स्तनपान या formula milk
गुरुवार	स्तनपान या formula milk	खीर	सेब कटा हुआ	रोटी और दूर दाल	स्तनपान या formula milk	रोटी और लौकी की सब्जी	स्तनपान या formula milk
शुक्रवार	स्तनपान या formula milk	आटा हलुआ	केला कटा हुआ	कढ़ी चावल	स्तनपान या formula milk	छोटा डोसा सांभर	स्तनपान या formula milk
शनिवार	स्तनपान या formula milk	अंडा सैंडविच	पपीता कटा हुआ	इडली दाल	स्तनपान या formula milk	रोटी और मटर पनीर	स्तनपान या formula milk
रविवार	स्तनपान या formula milk	गेहूं का दलीय	पका हुआ गाजर	पराठा मटर की सब्जी	स्तनपान या formula milk	पराठा और दाल	स्तनपान या formula milk

<https://www.kidhealthcenter.com>

Visit for more recipes for small children and babies