Причина плохого аппетита ребёнка.

Отведите строго определённое время для еды. – Несоблюдение режима питания, может быть причиной плохого аппетита

Фрукты сладости следует давать вместе с остальной пищей - на десерт. Аппетит утрачивается и в том случае, когда между едой ребёнку дают различные лакомства.

Предлагайте ребёнку маленькие порции. - Ведь иногда есть не хочется, вид полной тарелки – непривлекателен.

Преподносите еду вашему ребёнку искусно. Например, постарайтесь красиво украсить блюдо, выделите ему тарелку такого цвета, который ему больше всего нравится.

- *Дайте ребёнку максимум самостоятельности за столом и учите его этикету.*

- *Учитывайте предпочтения ребёнка и позвольте ему не есть те продукты, которые вызывают у него отвращение.*