

## ماذا يأخذ طفلي التوحدي معه للمدرسة (سناك )

1. ممكن إختيار علبة شكلها محبب ومشوق للطفل وملأها بخليط من الآتى :-

❖ مكسرات ( حمص – سودانى – كاجو – لوز )

❖ فاكهة مجففة ( زبيب – تمر – قراصيا ...)

❖ لب قرع عسل أو لب عباد شمس

❖ فيشار

❖ قطعة شيكولاته صغيرة

وكل يوم نشكل له مجموعة مختلفة مما سبق فتصبح علبة سناك محببة للطفل

2. فيشار

3. ذرة مشوية أو مسلوقة

4. فواكه أو خضروات طازجة

5. أصابع البطاطس المقلية

6. بطاطا مشوية