

Introduction de nouveaux aliments

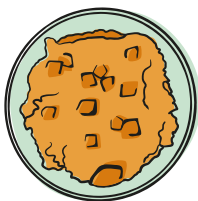


vo
tre
enfant peut
maintenant
manger de
tout

12 mois



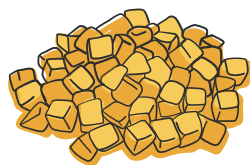
Cuit



Petits
morceaux



Évolution
progressive vers
des morceaux
plus gros



Textures

Quantités pour 1 journée

1 PLAT COMPLET au déjeuner

230g de légumes /
féculents
+20g de viande
ou poisson



1 PLAT COMPLET au dîner

230g de
légumes/
féculents



2 cuillères à café D'HUILE DE COLZA*

* Ajouter au petit plat uniquement si fait maison



2 portions DE FRUITS



1 produit CÉRÉALIER

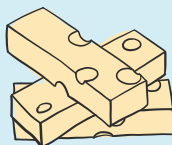


LAIT MATERNEL à la demande ou

LAIT INFANTILE
si la maman ne peut
ou ne souhaite
pas allaiter
500ml par jour



et
**LAITAGE
INFANTILE**
1 par jour



ou 20g
de fromage*

* fromage à pâte molle ou dure, pasteurisé, sans
la croûte ou spécialités fromagères fondues