

# Introduction de nouveaux aliments



Laitage infantile

# 7 mois



Cuit



Mixé



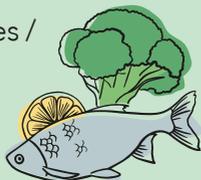
Évolution progressive vers le mouliné

# Textures

# Quantités pour 1 journée

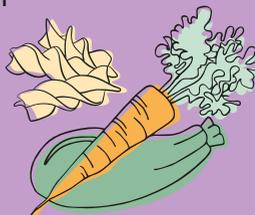
## 1 PLAT COMPLET au déjeuner

200g de légumes /  
féculents  
+10g de viande  
ou poisson



## 1 PLAT COMPLET au dîner

200g de  
légumes /  
féculents

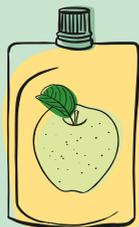


## 1 cuillère à café D'HUILE DE COLZA\*



\* Ajouter au petit plat  
uniquement si fait maison

## 2 portions DE FRUITS



\* très mûrs ou cuits, mixés : crus,  
écrasés, texture homogène, lisse.

## 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