

Nestlé P'tite Céréale

Le saviez-vous ?

Les céréales infantiles permettent d'introduire le gluten dans l'alimentation de votre bébé.

Les professionnels de santé recommandent une introduction progressive du gluten, au début de la diversification.

Le gluten, où en trouver ?

Céréales SANS GLUTEN



Riz



Maïs



Sarrasin



Millet, Amarante et Quinoa

Céréales AVEC GLUTEN



Blé



Orge et Seigle



Triticale, Kamut et Épeautre



Avoine

En pratique, avec les céréales NESTLÉ :



	DÉBUT DE LA DIVERSIFICATION	INTRODUCTION PROGRESSIVE DU GLUTEN		
	4 / 6 mois	Entre 6 et 7 mois	Entre 7 et 8 mois	Entre 8 et 12 mois
TYPE DE CÉRÉALES	Céréales SANS GLUTEN	Céréales AVEC GLUTEN		
EN PRATIQUE pour introduire progressivement le gluten		<p>Intégrez des céréales infantiles dans le biberon avec le lait habituel de bébé, ou dans de la soupe ou de la purée de fruits.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>Autres sources de gluten ex : petits plats pour bébés avec des pâtes bien cuites ou 2 biberons avec céréales</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>+</p> <p>Autres sources de gluten ex : biscuits pour bébés, petits plats pour bébés avec des pâtes, semoule...</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>+</p> <p>Autres sources de gluten ex : biscuits pour bébés, petits plats pour bébés avec des pâtes, semoule...</p> </div> </div>		
		 <p>NESTLÉ P'tite Céréale dès 6 mois Vanille, 5 Céréales, Saveur Biscuit, Cacao, Avoine et Blé</p>		 <p>NESTLÉ P'tite Céréale dès 8 mois Miel</p>

NESTLÉ P'tite Céréale, c'est aussi pour bébé un bon moyen de :

1 GOÛTER DIFFÉRENTES SAVEURS grâce aux variétés Cacao, Saveur Biscuit, 5 Céréales ...



2 VARIER LES TEXTURES pour des plaisirs variés



3 COMPLÉTER ses besoins nutritionnels. Dès 6 mois, un biberon seul au petit-déjeuner peut ne plus suffire à couvrir ses besoins nutritionnels



* Szajewska H et al., J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2016; 41(11):1038-54
Pinto-Sánchez MI et al., J Pediatr. 2016; 168:132-43.e3

Avis important : Entre 4 et 6 mois, pour bien démarrer la diversification, demander conseil à votre médecin. L'alimentation lactée, de préférence le lait maternel, doit être poursuivie aussi longtemps que possible.

	À partir de 4 / 6 MOIS 4/6+ mois	6 MOIS 6+ mois	8 MOIS 8+ mois	12 MOIS 12+ mois	18 MOIS et + 18+ mois
PETIT-DEJUNER	Lait maternel Céréales infantiles sans gluten selon l'appétit	210 ml de lait de suite ou lait maternel Céréales infantiles avec gluten	210 ml de lait de suite ou lait maternel Céréales infantiles avec gluten	240 ml de lait de croissance** ou lait maternel Céréales infantiles avec gluten	240 ml de lait de croissance** ou lait maternel Céréales infantiles avec gluten
DÉJUNER	2 cc* de purée de légumes Quelques gouttes d'huile végétale Lait maternel	Purée de légumes / féculents 10 g de viande, poisson ou œuf (soit 2 cc) 1 cc* d'huile végétale dans la purée 1 p'tit laitage bébé ou 150 ml de lait de suite ou lait maternel si bébé n'est pas complètement diversifié le midi	Purée de légumes / féculents 15 g de viande, poisson ou œuf (soit 3 cc) 1 cc* d'huile végétale dans la purée 1 p'tit laitage bébé	Purée de légumes / féculents 20 à 30 g de viande, poisson ou œuf (soit 4 à 6 cc) 1 cc* d'huile végétale dans la purée 1 p'tit laitage bébé	Crudités Légumes / féculents 30 g à 40 g de viande, poisson ou œuf (soit 6 à 8 cc) 1 cc* d'huile végétale dans le plat 1 p'tit laitage bébé ou 1 morceau de fromage 1 fruit ou purée de fruits
GOÛTER	Lait maternel 2 cc* de purée de fruits	210 ml de lait de suite ou lait maternel Purée de fruits	210 ml de lait de suite ou lait maternel Purée de fruits	240 ml de lait de croissance** ou lait maternel 1 fruit ou purée de fruits 1 p'tit biscuit	240 ml de lait de croissance** ou lait maternel 1 fruit ou purée de fruits 1 à 2 p'tits biscuits
DÎNER	2 cc* de purée de légumes Lait maternel	Plat complet du soir à base de légumes, féculents, céréales... 150 ml de lait de suite ou lait maternel	Plat complet du soir à base de légumes, féculents, céréales... 150 ml de lait de suite ou lait maternel	Plat complet du soir à base de légumes, féculents, céréales... 1 p'tit laitage bébé 1 fruit ou purée de fruits	Plat complet du soir à base de légumes, féculents, céréales... 1 p'tit laitage bébé 1 fruit ou purée de fruits
TEXTURE	Lisse	Écrasé finement ou mouliné	Petits morceaux fondants	Petits morceaux	Vrais morceaux

*cc: cuillère à café

**Aliment lacté pour enfants en bas âge

Les quantités sont proposées à titre indicatif. Il est important de respecter l'appétit de votre bébé.