



Repas & Menus pour bébé dès 4-5 mois

Les repas de.....

Petit déjeuner

Lait maternel à la demande
+ Céréales infantiles (1 cuillère à soupe)

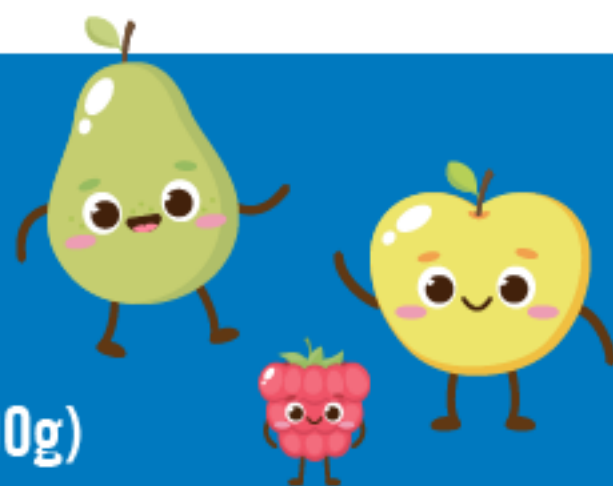


Déjeuner

Lait maternel à la demande
+ Quelques cuillères de purée mono-légume (100g)
+ 1 cuillère à café d'huile végétale
(ex: colza, noix, olive) mélangée à la purée

Goûter

Lait maternel à la demande
+ Quelques cuillères de purée mono-fruit (100g)



Dîner

Lait maternel à la demande
+ Quelques cuillères de purée mono-légume
(s'il a bon appétit - environ 100g)



POUR BIEN COMMENCER LA DIVERSIFICATION

- Découverte de toutes les familles d'ingrédients
- Commencer par les légumes puis les fruits et ensuite les féculents, légumineuses et protéines
- 1 aliment à la fois
- Les aliments cuits et mixés sous forme de purée lisse sans morceaux
- Le lait maternel reste l'aliment principal



AVIS IMPORTANT : Le lait maternel est pour chaque nourrisson l'aliment idéal et naturel, l'OMS recommande un allaitement exclusif jusqu'à l'âge de 6 mois. Nestlé suit les principes du Code de l'OMS et ainsi ne communique pas sur les produits destinés à des enfants de moins de 6 mois. Votre médecin ou votre pharmacien est le seul habilité à vous conseiller sur ces produits.

Nous savons que l'allaitement n'est pas toujours possible pour tous les parents. Nestlé vous accompagne quel que soit votre choix. Les informations de cette fiche sont des conseils nutritionnels. Veuillez consulter l'avis de votre médecin avant de débiter la diversification alimentaire. Les quantités données sont à titre indicatif. Il est important d'écouter l'appétit de votre enfant.

Cet article ne se substitue en aucun cas à une consultation médicale ou à l'avis d'un professionnel de santé. En cas de doute, consultez un pédiatre

Décembre 2022

NESTLÉ FRANCE SAS 542 014 428 RCS Nanterre, Issy-les-Moulineaux

® Reg. Trademark of Société des Produits Nestlé S.A.

Sources : Portionnaire Complet SFAE 2021