



LA DIVERSIFICATION ALIMENTAIRE

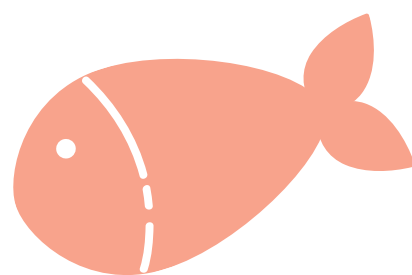


DE 4 À 6 MOIS :

- Légumes : quelques càc jusqu'à 100-130 g/jour
- Lait : à volonté

DE 6 À 9 MOIS :

- Légumes : 400 g
- Huile : 4 càc
- Viande/poisson : 2 càc
- Fruits : 150 à 180 g
- Lait : 500 ml minimum dès 7 mois



DE 9 À 12 MOIS :

- Légumes et féculents : 400 g
- Huile : 4 càc
- Viande/poisson : 3 à 4 càc
- Fruits : 200 g
- Céréales infantiles : 2 à 3 càs
- Laitage infantile : 1/jour
- Lait : 500 ml minimum

