



MENU JOURNALIER
8 À 11 MOIS

À partir de 8 mois, vous pouvez ajouter de plus gros morceaux au repas de votre tout-petit. De cette façon, vous le préparez doucement à manger des repas solides.

7-8 HEURES



PETIT-DÉJEUNER

235 à 265 ml de lait maternel ou infantile et 1 tranche de pain légèrement gris + margarine*.

11-12 HEURES



DÎNER

Un repas chaud coupé en petits morceaux avec des légumes, des pommes de terre/du riz/des pâtes et de la viande/du poisson/un substitut de viande et un verre d'eau.

15-16 HEURES



EN-CAS

Fruits écrasés à la fourchette (mélanger par exemple des fruits frais ou prendre un en-cas à base de fruits Olvarit) et un verre d'eau.

19-20 HEURES



SOUPER

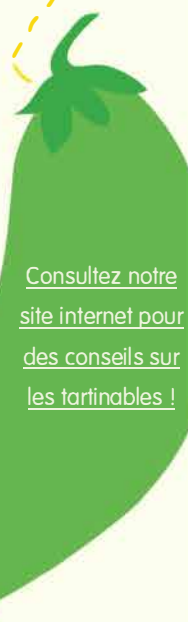
235 à 265 ml de lait maternel ou infantile.

22-23 HEURES

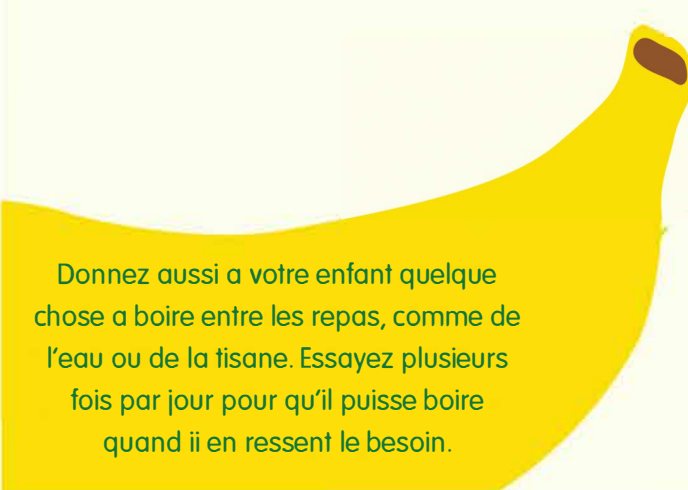


AU COUCHER

235 à 265 ml de lait maternel ou infantile (éventuellement).



Consultez notre [site internet pour des conseils sur les tartinables !](#)



Donnez aussi à votre enfant quelque chose à boire entre les repas, comme de l'eau ou de la tisane. Essayez plusieurs fois par jour pour qu'il puisse boire quand il en ressent le besoin.

