



INDICAZIONI GENERALI PER SVEZZAMENTO DEI BAMBINI LATTANTI

6° MESE

Spezza fame a metà mattina di frutta grattugiata od omogeneizzata

Brodo di verdura (carote, patate, zucchine)

Crema di riso o farine di mais e tapioca (prive di glutine)

Liofilizzato di carne di coniglio o agnello

Olio extravergine d'oliva

Parmigiano Reggiano grattugiato

7°/8° MESE

Spezza fame a metà mattina di frutta grattugiata od omogeneizzata

Brodo con passato di verdura (nel brodo vegetale vengono inserite gradatamente nuove verdure: sedano, spinaci, bietole, coste, zucca, cipolla, finocchio, lattuga).

Crema di riso, farine o pastina primi mesi senza glutine.

Carne fresca, cotta al vapore o lessata, e successivamente omogeneizzata, iniziando con le carni bianche e successivamente le carni rosse.

Olio extravergine d'oliva

Parmigiano Reggiano grattugiato

9°/10° MESE

Spezza fame a metà mattina di frutta grattugiata od omogeneizzata

Primo piatto: Pastina asciutta o in brodo

Olio extravergine d'oliva

Parmigiano Reggiano grattugiato

Secondo piatto: Carne o pesce frullato od omogeneizzato oppure ricotta, crescenza, parmigiano

Olio extravergine d'oliva

11°/12° MESE

Spezza fame a metà mattina di frutta grattugiata od omogeneizzata

Primo piatto: Pasta asciutta o in brodo oppure minestra di legumi, riso bollito, risotto con verdure, semolino di grano o mais

Olio extravergine d'oliva

Parmigiano Reggiano grattugiato

Secondo piatto: Carne o pesce (merluzzo, platessa) oppure formaggio fresco, o prosciutto cotto, o legumi decorticati e verdure miste

Olio extravergine d'oliva

