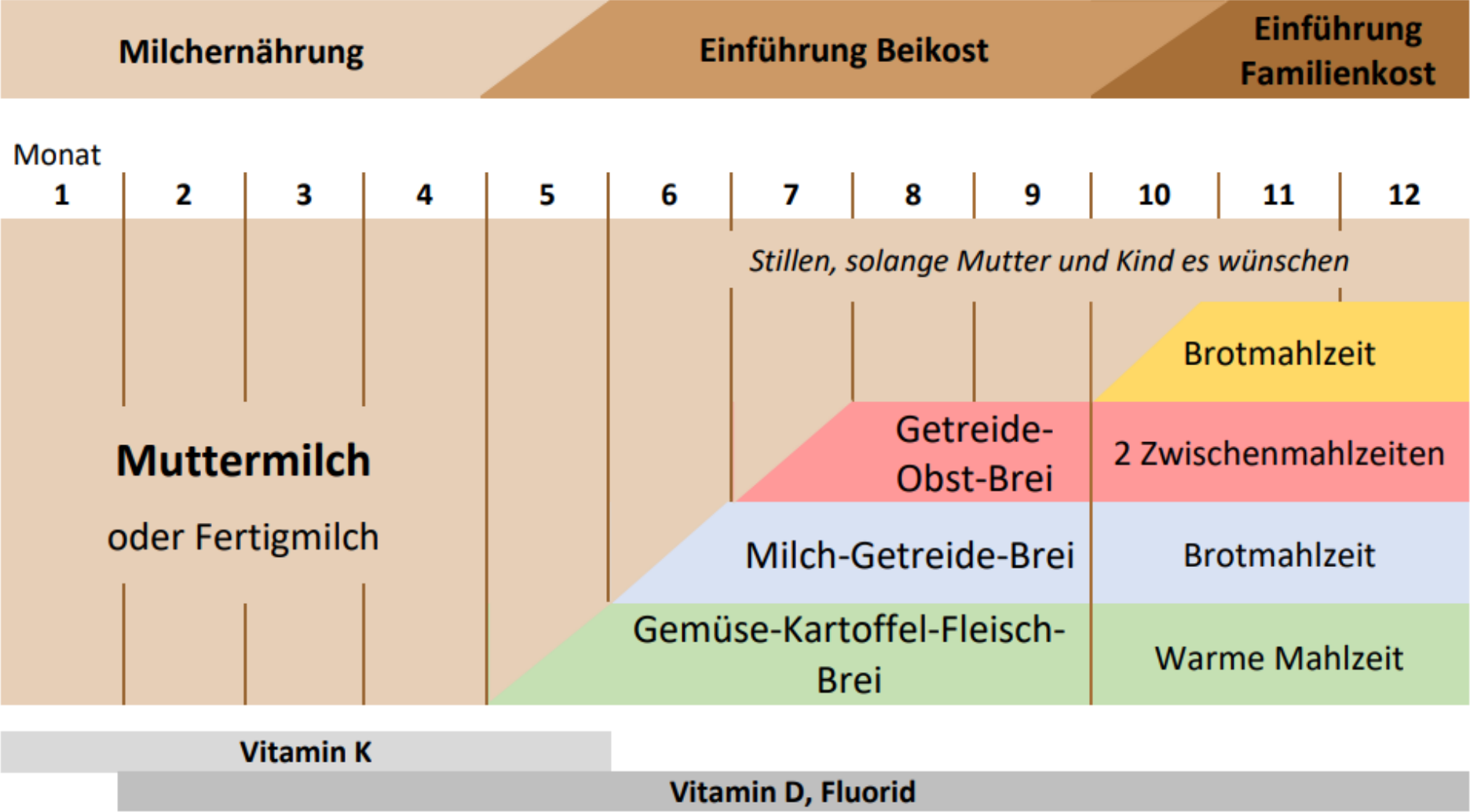
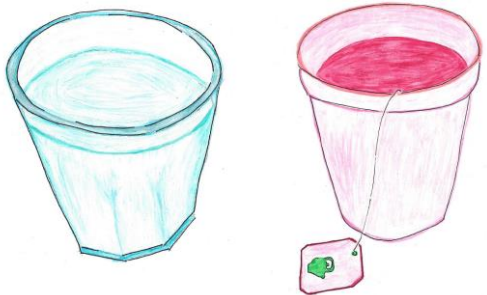




Ernährung im 1. Lebensjahr



Trinken



ab 3 Breien/Tag

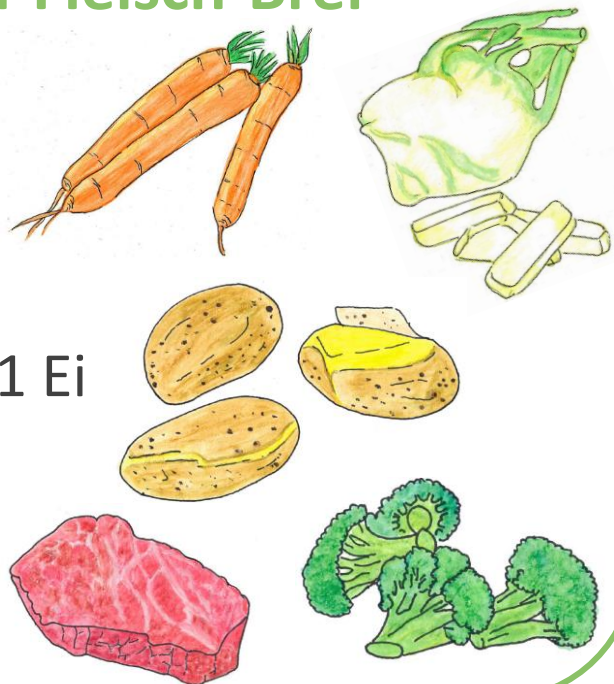
Getreide-Obst-Brei

- 90 ml Wasser
- 20 g Vollkorn-Getreideflocken/-grieß
- 100 g feines Obst/-mus
- 1 TL Rapsöl



Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei

- 100 g Gemüse
- 50 g Kartoffeln
- 20 - 30 g mageres Fleisch/ Fisch oder 1 Ei
- 1 EL Rapsöl
- 1 ½ EL Fruchtsaft



Milch-Getreide-Brei

- 200 ml Vollmilch
- 20 g Vollkorn-Getreideflocken/-grieß
- 2 EL Fruchtsaft/-mus



Notizen
