

Babys 1. Jahr

Ernährungs- Fahrplan

	morgens	vormittags	mittags	nachmittags	abends
1. - 4. Monat	oder	oder	oder	oder	oder
ab 5. Monat	oder	oder		oder	oder
ab 6. Monat	oder	oder		oder	
ab 7. Monat	oder	oder			
10. - 12. Monat	+	+ +	+ +	+ +	+ +

Quelle: Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund

Das bedeuten die Symbole:

- Stillen
- Flaschen-
mahizeit
- Milch
- Gemüse-Kartoffel-
Fleisch-Brei
- Getreide-
Obst-Brei
- Milch-
Getreide-Brei
- Gemüse
- Obst
- Kartoffeln
- Fleisch
- Brot

Stillen dürfen Sie unabhängig von der Tageszeit, je nach Hunger des Babys!

