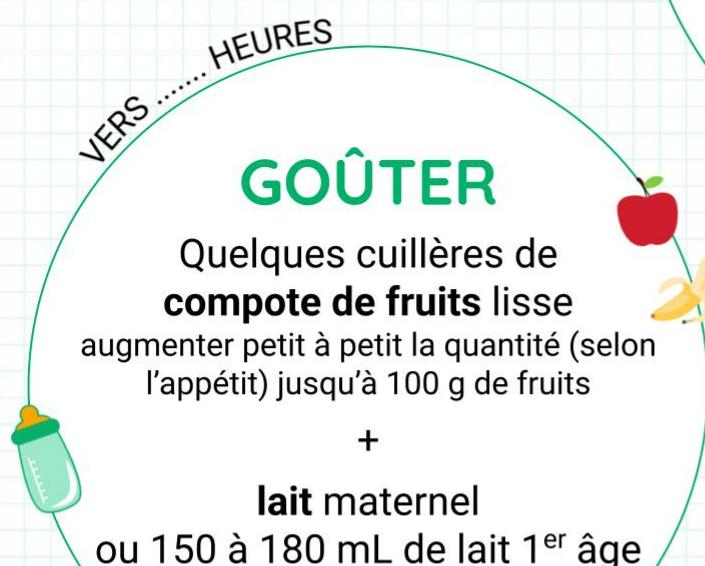
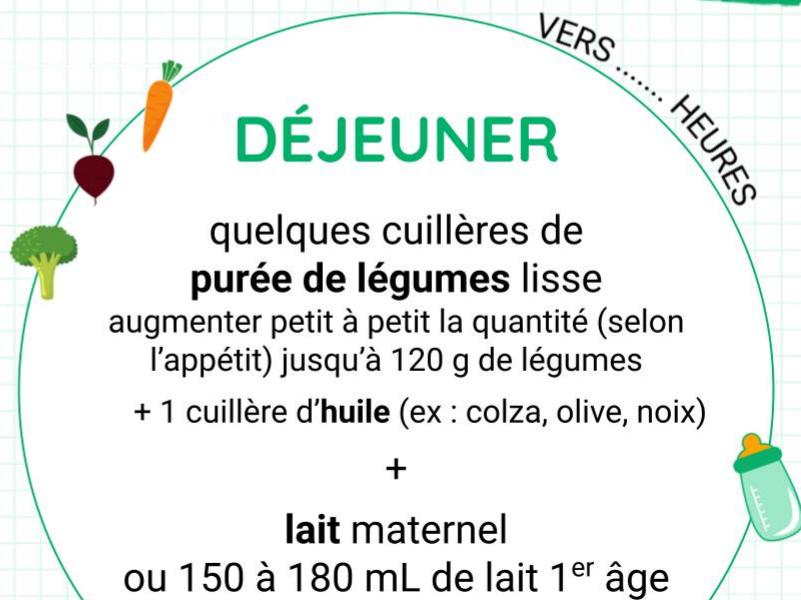


MEMO
4 à 6 mois

Les repas de

C'EST LE DÉBUT DE LA DIVERSIFICATION !

- ✓ Découverte des **aliments**
- ✓ Fruits et légumes **cuits et mixés**
- ✓ Le **lait** reste l'aliment principal



Légumes secs, viandes, céréales : on peut aussi les faire découvrir en petites quantités !



⚠ Si votre enfant prend encore + de 4 ou 5 repas par jour, adaptez les quantités de lait (700 à 800 mL par jour)

i Les informations dans cette fiche sont des repères nutritionnels, et non des règles. Les quantités sont données à titre indicatif et dépendent de votre enfant. Il est important d'écouter son appétit et d'observer ses réactions.