

BEIKOSTPLAN FÜR BABYS

kleinespinatesser.de

*Beikost kann im Alter von 5-7 Monaten beginnen.
Dieser Plan ist für einen Beginn mit 6 Monaten.*

	6 Monate	7 Monate	8 Monate	9 Monate	10 Monate
Frühstück				 / 	 / 
Snack					 / 
Mittag	 1. Brei	 1. Brei	<i>stückiger</i>  1. Brei	<i>stückiger</i>  1. Brei	 / 
Snack			 3. Brei	<i>stückiger</i>  3. Brei	<i>stückiger</i>  3. Brei
Abendessen		 2. Brei	 2. Brei	<i>stückiger</i>  2. Brei	 / 



- 1. Brei: Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei
- 2. Brei: Milch-Getreide-Brei
- 3. Brei: Getreide-Obst-Brei



Fingerfood / Familienkost



Mutter-/ Säuglingsmilch

- ➡ Tägliche weitere Milchmahlzeiten möglich, je nach Bedarf!
- ➡ Ab dem 3. Brei wird zusätzlich Wasser zum Trinken angeboten.

Grober Plan, an die Entwicklung des Kindes anzupassen!