



Nestlé®

Zdrowy Start w Przyszłość

Opublikowane na *Zdrowy Start w Przyszłość* (<https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl>)

[Strona główna](#) > [M jak Produkty Mleczne](#)

Article - udostępnij

X



M jak Produkty Mleczne

Produkty mleczne? Czemu nie! Twój półroczny szkrab pozna już smak chociażby musów owocowych, teraz czas, by posmakować np. połączenia owoców i produktów mlecznych w postaci deserku.

<https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/m-jak-produkty-mleczne> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



M jak Produkty Mleczne

Produkty mleczne? Czemu nie! Twój półroczny szkrab pozna już smak chociażby musów owocowych, teraz czas, by posmakować np. połączenia owoców i produktów mlecznych w postaci deserku.

poniedziałek, 03.10.2016

- [5]
- [Drukuj](#) [1]
- [Udostępnij](#)



Połączenie owoców i jogurtu lub twarożku w jednym deserku pomoże maluchowi zaakceptować nowy składnik w jego menu, jakim są produkty mleczne. Deserki owocowo-mleczne Gerber zostały przygotowane bez dodatku cukru, a jogurt i twarożek używane do ich wytworzenia pochodzą z mleczarni zlokalizowanych w rolniczych rejonach wschodniej Polski i mają wysoką jakość odpowiednią dla najmłodszych. Zgodnie z najnowszym schematem żywienia niemowląt [6], produkty mleczne można wprowadzić do diety dziecka w **7. miesiącu** jego życia. Ale uważaj, nie wszystkie są dla niego odpowiednie!



Jakie produkty mleczne podawać dziecku?

- Wybieraj: twarożek, jogurt naturalny, kefir.
- Unikaj pełnego mleka krowiego. Nie powinno być ono stosowane jako główny produkt mleczny w żywieniu dzieci przed ukończeniem 1. roku życia.
- Zwróć uwagę na etykietę produktu, gdy maluch do 3. r.ż. nie jest jeszcze gotowy na jedzenie deserków mlecznych przeznaczonych dla starszych dzieci i dorosłych.
- Szukaj produktów „specjalnego przeznaczenia żywieniowego” - ich skład odpowiada potrzebom żywieniowym niemowląt i małych dzieci.



Jak? ilo?? produktu mlecznego mo?na poda? dziecku?

- Odpowiednia ilo?? jogurtu lub kefiru dla malucha to ok. 100 ml, a odpowiednia ilo?? serka to ok. 1 ?y?ka.
- Podawanie jogurtu lub kefiru zacznij od 1-2 ?y?eczek, stopniowo zwi?kszaj?c ilo?? do pe?nej porcji posi?ku (ok. 100 g). Pami?taj, ?e to rodzic decyduje, **co** dziecko zje, **kiedy** i **jak** jedzenie b?dzie podane, ale to dziecko decyduje **czy** posi?ek zje i **ile** zje.
- Deserki Gerber dost?pne s? w s?oiczkach o r?o?nej pojemno?ci, a wielko?? porcji dostosowana jest do wieku malucha.



W jakiej formie podawa? dziecku produkty mleczne?

- Produkty mleczne (jogurt, kefir, twaro?ek) podawaj w formie jednolitej, jako samodzielny posi?ek lub jako jego element.
- Produkty mleczne ?wietnie smakuj? z dodatkiem owoc?w. Dzieciom po 6. m.?. mo?esz zaproponowa? deserki owocowo-mleczne Gerber, b?d?ce po??czeniem owoc?w z jogurtem lub twaro?kiem.
- Starszym maluchom mo?esz podawa? samodzielnie przygotowane koktajle jogurtowo-owocowe.

Czy wiesz, ?e... W deserkach owocowo-mlecznych Gerber, poza cukrami wyst?puj?cymi w owocach, znajduj? si? tak?e niewielkie ilo?ci laktozy - cukru mlecznego pochodz?cego z twaro?ku lub jogurtu. Dzi?ki naturalnie wyst?puj?cym cukrom desery Gerber s? delikatnie s?odkie, co pomaga w kszt?towaniu zdrowych nawyk?w ?ywieniowych od samego pocz?tku rozszerzania diety.

Owocowo-mleczne deserki Gerber poza owocami zawieraj?:

- aksamitny jogurt

po 6. m. ?.:

- Owocowy krem z jogurtem [7]

po 8. m. ?.

- Gruszki i jab?ka z jogurtem i m [8]usli [8]



- twaro?ek

po 6. m. ?.:

- Winogrona i jab?uszka z twaro?kiem [9]

po 8. m. ?.:

- Jab?ka i banany z kremowym twaro?kiem [10]



Za sprawę tych dodatków, deserki te mogą stanowić ciekawe urozmaicenie w diecie dziecka. Idealnie sprawdzą się na II śniadanie lub podwieczorek!

Obejrzyj film i dowiedz się, jak nauczy dziecko samodzielnego jedzenia:

Czytaj dalej ^[11]

Adres URL źródła: <https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/m-jak-produkty-mleczne>

Odniesienia

[1] <https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/m-jak-produkty-mleczne>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/m-jak-produkty-mleczne&media=https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/sites/g/files/sxd381/f/styles/thumbnail/public/field/image/m_jak_Produkty_Mleczne

[3] <https://twitter.com/share?text=M%20jak%20Produkty%20Mleczne&url=https%3A//www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/m-jak-produkty-mleczne>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/m-jak-produkty-mleczne>

[5] <https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/printpdf/9516>

[6] <https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/schemat-zywienia-niemowlat-tabela#>

[7] <https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/gerber-owocowy-krem-z-jogurtem>

[8] <https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/gerber-deserek-gruszki-i-jablka-z-jogurtem-i-musli>

[9] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/gerber-winogrona-i-jabluszka-z-twarozkiem>

[10] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/gerber-jablka-i-banany-z-kremowym-twarozkiem>

[11] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/javascript%3A%3B>