

## Calendario dello slattamento

	Colazione	Merenda	Pranzo	Cena
<i>0 a 6 mesi</i>	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Poppata al seno/latte in polvere vegetale
<i>7 mesi</i>	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Mattino: frutta Pomeriggio: poppata al seno/latte in polvere vegetale	Brodo vegetale Farine senza glutine Cereali in fiocchi Cucchiaino d'olio EVO	Poppata al seno/latte in polvere vegetale
<i>8 mesi</i>	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Frutta (se il bambino la tollera bene) Budino vegetale	Cereali in chicco Legumi cotti con alga Kombu Qualche cucchiaino di verdura frullata	Eventuale inserimento della pappa serale* Eventuale pappa dolce
<i>9 mesi</i>	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Frutta (se il bambino la tollera bene) Budino vegetale	Pastina Alternanza di oli Erbe aromatiche	Pappa serale o pappa dolce
<i>10 mesi</i>	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Frutta (se il bambino la tollera bene) Budino vegetale	Farine e cereali con glutine	Pappa serale o pappa dolce
<i>12 mesi</i>	Poppata al seno/latte in polvere vegetale	Frutta (se il bambino la tollera bene) Budino vegetale	Una volta alla settimana yogurt o formaggio fresco Pesce azzurro e magro Soya e tofu	Pappa serale o pappa dolce

\*La pappa della sera segue gli stessi principi della pappa di mezzogiorno