

# 7-8 Mesi

mokimoki  
- magazine -

	ALIMENTO	QUANTITÀ	PREPARAZIONE	ABBINAMENTI
<b>FRUTTA</b> 	Prugna, uva, albicocca, kiwi	1 vasetto oppure 80 gr	Al vapore o grattugiata	Mela +pera Mela +banana
<b>VERDURA</b> 	Fagiolini, finocchi, spinaci, bietole	2 cucchiari abbondanti	Al vapore o bollita e poi omogeneizzata	Massimo 3 verdure per volta
<b>CEREALI</b> 	Semolino, pasta 000, biscotti per bambini	2 cucchiari	Cuocere in 200/250 gr di brodo vegetale o acqua	Con verdure, carne o latticini
<b>CARNE</b> 	Prosciutto cotto	1/2 vasetto oppure 40 gr	Al vapore e omogeneizzata	Con creme di cereali e verdure
<b>PESCE</b> 	(8° mese) Branzino, merluzzo, orate, salmone, sogliola, platessa	1/2 vasetto oppure 40 gr	Al vapore e omogeneizzata	Con creme di cereali e verdure
<b>LATTICINI</b> 	Yogurt magro	2 cucchiari	Amalgamata con creme di cereali	Yogurt+frutta
<b>OVO</b> 	-	-	-	-

Scopri di più su [www.mokimoki.it](http://www.mokimoki.it)

mokimoki  
- magazine -