

7-8 Mesi

mokimoki
- magazine -

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

Scopri di più su www.mokimoki.it

mokimoki
- magazine -