



Примерный рацион ребенка в возрасте 7 месяцев

I кормление 6 часов	Грудное молоко или детская молочная смесь	200 мл
II кормление 10 часов	Безмолочная каша* Сливочное масло Желток вареного куриного яйца Докорм грудным молоком или детская молочная смесь	150 г около ½ ч.л. ¼ шт. 50 мл
III кормление 14 часов	Овощное пюре Растительное масло Мясное пюре	150 г около 1 ч.л. 40-50 г
IV кормление 18 часов	Фруктовое пюре Детское печенье Докорм грудным молоком или детской молочной смесью	70 г 1-2 шт. 130 мл
V кормление 22 часа	Грудное молоко или детская молочная смесь	200 мл

* - безмолочную кашу следует разводить грудным молоком или детской молочной смесью, которую получает ребенок.

Примерный рацион ребенка 7 месяцев с аллергией к белкам коровьего молока

I кормление 6 часов	Грудное молоко или лечебная смесь для детей с непереносимостью белков коровьего молока	200 мл
II кормление 10 часов	Безмолочная каша* Растительное масло Фруктовое пюре (яблоко, груша)	130 г около 1 ч.л. 70 г
III кормление 14 часов	Овощное пюре Растительное масло Мясное пюре (кролик, индейка) ***	170 г около 1 ч.л. 30 г
IV кормление 18 часов	Овощи или безмолочная каша ** Растительное масло Мясное пюре (кролик, индейка) ***	180 г около 1 ч.л. 20 г
V кормление 22 часа	Грудное молоко или лечебная смесь для детей с непереносимостью белков коровьего молока	200 мл

* - безмолочную кашу следует разводить грудным молоком или лечебной смесью для детей с непереносимостью белков коровьего молока.

** - можно как чередовать кашу или овощи, так и предлагать смешанное блюдо – каша с овощами.

*** - не использовать такие виды мяса, как говядина/телятина, не использовать сливочное масло