

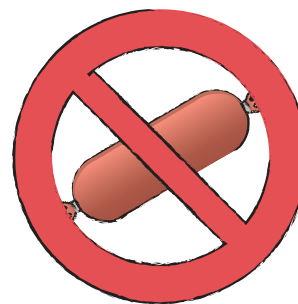
Eerste fruit en groentehapjes



Geen bitter voedsel



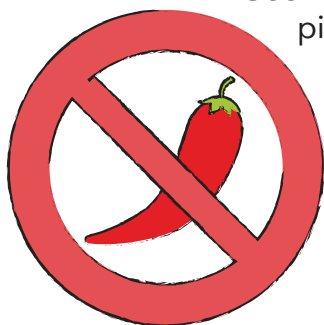
Kinder jonger dan een jaar:
Geen honing!



Geen rouw vlees



Geen Rapley-methode ook niet als ouders dit willen



Geen pittig voedsel



Geen zelf ingemaakt voedsel

Voldoende pureren aan de hand van de ontwikkeling en competentie van het kind

Wees alert op de kindsignalen. Hierdoor is duidelijk

of het kind genoeg heeft gehad



Kinderen jonger dan 6 maanden:
Geen nitraatrijk voedsel

Andijvie, Bleekselderij, Chinese kool, Koolrabi, Paksoi, Postelein, Raapstelen, Rode bietjes, Sla (alle soorten), Snijbiet, Spinazie, Spitskool, Venkel, Waterkers

Kinderen tussen een half en anderhalf jaar:
geen nitraatreikvoedsel in combinatie met vis en schelddieren