






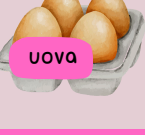




SCHEMA DELLO SVEZZAMENTO

	5-6 mesi	6-8 mesi	8-10 mesi	10-12 mesi
 latticini	Latte materno o latte formulato adatto	Yogurt bianco	Yogurt con frutta fresca a pezzi	Latte vaccino dopo i 12 mesi
 frutta	Mela e pera, sempre omogeneizzate	Banane, pesche, albicocche e prugne	Agrumi, ananas e uva	Frutta secca, kiwi, frutti di bosco e avocado
 verdura	Brodo o passati di patate, verdure in foglia, zucchine e carote	Zucca, spinaci, sedano, erbe varie, coste e finocchio	Pomodori (se piccoli attenzione), carota e sedano crudi, cipolla e porro	Carciofi
 cereali	Crema di mais, tapioca e riso	Grano, orzo, semolino di riso e cereali con glutine	Pane secco, cereali in farina e cous cous	Pastine varie e riso
 legumi		Legumi solo lenticchie rosse o gialle decorticate	Lenticchie, piselli, fagiolini, fagioli e ceci	Fave
 formaggi	Grana e Parmigiano grattugiati	Formaggi freschi magri (es. crescenza e ricotta) e caprini	Caciocavallo, mozzarella e pecorino	
 pesce		Platessa, trota e sogliola, cernia, branzino orata, nasello,	Merluzzo, dentice	Salmone, sgombrò e tonno
 uova			Solo il tuorlo (sempre cotto)	Dopo i 12 mesi anche gli albumi (sempre cotto)
 carne	Omogenizzati di carne bianca come tacchino, coniglio, agnello (oppure cotti al vapore)		Omogenizzati di vitello e manzo o anche brodo. Pollo a fette sottili	Carne di manzo, vitello o maiale (con poco grasso)
 salumi		Prosciutto cotto senza nitriti e polifosfati		Prosciutto crudo