

Ile posiłków uzupełniających oferować dzieciom, rozszerzając dietę?

wiek dziecka (w miesiącach)	ile posiłków oferować dziecku
6-8	oferować posiłek ok. 2-3 razy dziennie
9-11	oferować posiłek ok. 3-4 razy dziennie
12-24	oferować posiłek ok. 3-4 razy dziennie

do tego można dziecku oferować ok 1-2 razy dziennie odżywczą przekąskę

Opracowanie na podstawie:
*Commercial foods for infants and young children in the WHO
European Region
A study of the availability, composition and marketing of baby
foods in four European countries*
World Health Organization 2019

