

RÉPARTITION JOURNALIÈRE
de **1-2 ANS**

300 à 500 ml
de **Nutramigen* 3 LGG®** / jour
ou de **Puramino Junior***

Si le volume bu est insuffisant :
ajout de mesures **Nutramigen* 3 LGG®** ou de **Puramino Junior*** dans les purées/petits pots/
compotes (1 à 3 mesures) et/ou proposer des bouillies de **Nutramigen* 3 LGG®**
ou de **Puramino Junior***.

Petit-déjeuner



- **1 biberon** ou **bouillie** de **Nutramigen* 3 LGG®** ou de **Puramino Junior***.
- Céréales infantiles dans le biberon ou la bouillie et/ou petite tartine de pain avec au choix huile de colza, margarine sans lait, confiture, miel.

Ajouter selon l'appétit : ½ à 1 fruit (mixé, écrasé ou en fines lamelles) ou 1 compote.

Déjeuner



- **Initier votre enfant à manger des crudités :** petites quantités, assaisonnées d'huile de colza.
- 20 à 30 g de viande ou de poisson.
- 60 à 100 g de féculents cuits + légumes (50 à 100 g) + 1 c.à.S d'huile de colza.
- **1 biberon** ou **bouillie** ou 1 dessert infantile sans lait ou encore 1 dessert végétal enrichi en calcium en y ajoutant 1 à 3 mesures de **Nutramigen* 3 LGG®** ou de **Puramino Junior***.

Ajouter selon l'appétit : ½ à 1 fruit ou 1 compote.

Goûter



- **1 biberon** ou **bouillie** de **Nutramigen* 3 LGG®** ou de **Puramino Junior***.
- **Si refus :** un dessert végétal enrichi en calcium en y ajoutant 1 à 3 mesures de **Nutramigen* 3 LGG®** ou de **Puramino Junior***.
- ½ à 1 fruit (mixé, écrasé ou en fines lamelles) ou 1 compote.
- 1 petite tartine de pain avec au choix : huile de colza, margarine sans lait, confiture, miel ou 1 gâteau/biscuit sans lait (type Boudoir sans lait ou gâteau maison).

Dîner



- **Initier votre enfant à manger des crudités :** petites quantités, assaisonnées d'huile de colza.
- 20 à 30 g de viande ou de poisson.
- 60 à 100 g de féculents cuits + légumes (50 à 100 g) + 1 c.à.S d'huile de colza.
- **1 biberon** ou **bouillie** ou 1 dessert infantile sans lait ou encore 1 dessert végétal enrichi en calcium en y ajoutant 1 à 3 mesures de **Nutramigen LGG 3** ou de **Puramino Junior***.

Ajouter selon l'appétit : ½ à 1 fruit ou 1 compote.



Il est possible de proposer
un biberon après le repas du soir !