

ЗМІСТ

ВСТУП	2-3
Коли починати ?	4-5
У дітей на грудному вигодовуванні та на штучному вигодовуванні	
У дітей на грудному вигодовуванні, які не набирають вагу	
У дітей з високим ризиком алергії	
Як і з чого почати?	6
Що далі?	7
Продовжуємо	8-11
Перший крок /другий крок/ третій крок/ четвертий крок	
Як готувати?	12-13
Не забуваймо про гігієну на кухні	14-15
Куди ми дійшли?	16
Що далі?	17
Рецепти	18-19
Приклад меню дитини від 8 до 12 місяців	20