

Obsah

KUCHAŘOVI POZNÁMKY	6
ZAČÍNÁME S PEVNÝMI POTRAVINAMI	8
Jak začít	17
Další kroky	24
Rychlé odstavení	30
Jedení rukama a hrubší textury	32
Výživové potřeby	35
Krmení lžičkou, nebo samostatné odstavování?	38
Kdy jíst pohromadě	41
Pečuje o vás	42
Příprava jídla pro vaše dítě: Několik praktických tipů	55
PYRÉ	60
SNÍDANĚ	94
SPOLEČNÉ OBĚDY	104
VEČEŘE	120
RODINNÁ JÍDLA	138
PŘIROZENĚ SLADKÉ POCHOUTKY	178
KONVERZNÍ TABULKA	200
Poděkování	201
Rejstřík	202

