



# Guide d'introduction des aliments

Indiquer par un crochet les aliments déjà intégrés

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_

Céréales		
Riz <input type="checkbox"/>	Orge <input type="checkbox"/>	Avoine <input type="checkbox"/>
Blé <input type="checkbox"/>	Soya <input type="checkbox"/>	Mélangées (mixes) <input type="checkbox"/>
Mélangées (avec légumes ou fruits) <input type="checkbox"/>	Biscuit sec (peu sucré) <input type="checkbox"/>	Craquelin <input type="checkbox"/>
Galette de riz <input type="checkbox"/>	Millet, orge <input type="checkbox"/>	Couscous <input type="checkbox"/>
Quinoa <input type="checkbox"/>	Pain rôti <input type="checkbox"/>	Pâtes alimentaires <input type="checkbox"/>
Pita <input type="checkbox"/>	Quinoa <input type="checkbox"/>	
Fruits		
Abricot <input type="checkbox"/>	Ananas <input type="checkbox"/>	Canneberge <input type="checkbox"/>
Cantaloup <input type="checkbox"/>	Cerise <input type="checkbox"/>	Clémentine <input type="checkbox"/>
Datte <input type="checkbox"/>	Fraise <input type="checkbox"/>	Framboise <input type="checkbox"/>
Jus de fruits (non sucré, sans pulpe dilué ½ jus ½ eau) <input type="checkbox"/>	Kiwi <input type="checkbox"/>	Mangue <input type="checkbox"/>
Melon d'eau <input type="checkbox"/>	Melon miel <input type="checkbox"/>	Mûre <input type="checkbox"/>
Orange <input type="checkbox"/>	Pamplemousse <input type="checkbox"/>	Pêche <input type="checkbox"/>
Poire <input type="checkbox"/>	Pomme <input type="checkbox"/>	Prune <input type="checkbox"/>
Pruneau <input type="checkbox"/>	Raisin <input type="checkbox"/>	
Légumes		
Asperge <input type="checkbox"/>	Aubergine <input type="checkbox"/>	Avocat <input type="checkbox"/>
Betterave <input type="checkbox"/>	Brocoli <input type="checkbox"/>	Carotte <input type="checkbox"/>
Céleri <input type="checkbox"/>	Champignon <input type="checkbox"/>	Chou de Bruxelles <input type="checkbox"/>
Chou-fleur <input type="checkbox"/>	Concombre <input type="checkbox"/>	Épinard <input type="checkbox"/>
Fèves germées <input type="checkbox"/>	Haricots jaunes <input type="checkbox"/>	Haricots verts <input type="checkbox"/>
Maïs <input type="checkbox"/>	Navet <input type="checkbox"/>	Panais <input type="checkbox"/>
Poivron <input type="checkbox"/>	Patate sucrée <input type="checkbox"/>	Pois verts <input type="checkbox"/>
Pomme de terre <input type="checkbox"/>	Tomate <input type="checkbox"/>	Zucchini <input type="checkbox"/>
Viandes & substituts		
Agneau <input type="checkbox"/>	Boeuf <input type="checkbox"/>	
Charcuterie <input type="checkbox"/>	Dinde <input type="checkbox"/>	
Jambon <input type="checkbox"/>	Jaune d'œuf <input type="checkbox"/>	
Légumineuse <input type="checkbox"/>	Œuf entier <input type="checkbox"/>	
Veau <input type="checkbox"/>	Porc <input type="checkbox"/>	
Poulet <input type="checkbox"/>	Tofu <input type="checkbox"/>	
Poisson (poisson chair blanche, saumon, thon) <input type="checkbox"/>		
Produits laitiers		
Lait maternisé <input type="checkbox"/>	Lait 3.25% <input type="checkbox"/>	
Yogourt <input type="checkbox"/>	Fromage <input type="checkbox"/>	
Crème glacée <input type="checkbox"/>		