



Leren eten

Veel ouders kijken ernaar uit: de eerste hapjes van hun kind. Leren happen en kauwen betekent een hele verandering, voor zowel uw kind als voor u.

Hoe bouwt u de vaste voeding op?

Dat gaat geleidelijk, dus stapje voor stapje. Uw kind doet het in zijn/haar eigen tempo. Het begint met een paar hapjes van een lepeltje. Dit zijn oefenhapjes en zijn dus echt extra en komen niet in de plaats van borstvoeding of flesvoeding.

4 – 6 maanden

Op Small Kidz beginnen we tussen de 4 en 6 maanden vaak met een fijne fruithap. Een fijne fruithap wordt elke dag vers gemaakt en bestaat uit 1 soort gepureerd fruit. Hierdoor wordt de smaakontwikkeling van een kind gestimuleerd naar vaster voedsel. Eenmaal gewend aan 1 soort, wordt in overleg met ouders overgegaan op 2 soorten fruit. Zodra een kind gewend is aan de fruithap, kan ook de overstap worden gemaakt naar het aanbieden van een fijne groentehap. Een fijne groentehap wordt ook vers gemaakt en bestaat uit 1 soort gepureerde groente.

Vanaf 4 maanden mogen kinderen bij de hapjes ook Roosvicee of afgekoeld gekookt water drinken. Small Kidz biedt verschillende smaken Roosvicee.

7-9 maanden

Vanaf ongeveer 7 maanden wordt de broodkorst geïntroduceerd. Zo leert uw kind kauwen, ook als hij nog geen tanden en kiezen heeft.

Tussen de 7 en 9 maanden zal uw kind echte maaltijden gaan eten. Dus langzaam zal je gaan afbouwen met de flessen. Nu zal uw kind steeds meer in het ritme van Small Kidz komen.

De fijne groentehap wordt vervangen voor een verse grove groentehap. Bij een grove groentehap worden ook aardappelen bijgevoegd. Wanneer het eten van een grove groentehap goed gaat wordt er een fles afgebouwd.

Ook zal de broodkorst vervangen worden door een boterham met een klein laagje boter, smeerkaas of smeerworst.

Overdag zal ook regelmatig Roosvicee of afgekoeld gekookt water worden aangeboden.



10 – 12 maanden

Tussen de 10 maanden en 12 maanden zal een kind de overgang maken van fruithap naar stukjes fruit.

Verder zal een kind steeds beter gaan eten en langzaam gaan mee-proeven met de warme maaltijden (Apetito).

*NB: Elke verandering of aanpassing in voeding vindt plaats na overleg met ouder(s)/verzorger(s).