

# Mein Beikostplan

Name des Babys	Lara
Alter	10 Monate

Beikostwoche	17
--------------	----

	Morgens	Vormittags	Mittags	Nachmittags	Abends	Nachts		Neue Nahrungsmittel	Beobachtungen
Montag	Stillen	Obstsalat: Nektarine, Banane, Birne	Brokkoli, Karotte, Naturreis, Leinöl, Apfel	Obstbrei: Erdbeeren, Himbeeren, Haferflocken, Butter	Vollmilch, Haferflocken, Pfirsich	Stillen		Pfirsich	
Dienstag	Stillen	Pfirsich, Vollkornzweiback	Lachs, Erbsen, Hirse, Rapsöl, Orangensaft	Obstbrei: Erdbeeren, Himbeeren, Haferflocken, Butter	Vollmilch, Dinkelgrich, Aprikose	Stillen		Pfirsich	keine Reaktion, weicher Stuhl
Mittwoch	Stillen	Obstsalat: Nektarine, Banane, Birne	Spinat, Kartoffel, Rapsöl, Birne	Obstlachs mit Dinkelmehl, Ei, Butter, Zucker, Himbeeren	Vollmilch, Haferflocken, Pfirsich	Stillen		Pfirsich	leichte Rötung im Wadellbereich, Speichelfluss- Zahne?
Donnerstag	Stillen	Wassermelone	Brokkoli, Karotte, Naturreis, Leinöl, Apfel	Apfel, Banane, Zwieback, Butter	Vollmilch, Haferflocken, Pfirsich	Stillen		keine	Rötung abgeklungen
Freitag	Stillen	Wassermelone	Karotte, Kartoffel, Rindfleisch, Rapsöl, Apfel	Obstbrei: Erdbeeren, Himbeeren, Haferflocken, Butter	Vollmilch, Dinkelgrich, Aprikose	Stillen		keine	
Samstag	Stillen	Pfirsich, Vollkornzweiback	Paprika, Zucchini, Maisgrich, Rapsöl, Orangensaft	Obstbrei: Nektarine, Haferflocken, Walnussöl	Vollmilch, Naturreis, Birne	Stillen		Paprika	keine Reaktion, normaler Stuhl
Sonntag	Stillen	Nektarine, Butterkekse	Paprika, Karotte, Hirse, Rapsöl, Orangensaft	Erdbeermus: Weizenmehl, Eier, Zucker, Sahne, Erdbeeren	Vollmilch, Naturreis, Birne	Stillen		Paprika	