



За най-ценното в живота.

**Този план е дълбоко детайлен, ето защо може да има значителна разлика, както в следване на суровините, така и в грамажите в темпа на хранване.**

**Следвайте нуждите и предпочитанията на самото дете. Тази схема може да ви бъде само ориентир. Онагледяването с продукти HiPP е примерно, но не и задължително.**

**При някои деца, може да има само една млечна закуска или само една вечеря, която да обединява млечните хранения. т.е броя на млечните хранения да е различен от указаните.**

Хранителният план е разработен от проф. д-р Дулева, ръководител на отдел „Хранене и диететика“ в Националния център по обществено здраве и анализи, национален консултант по хранене и диететика в Министерството на здравеопазването, съпредседател на Националния съвет по хранене към Министерството на здравеопазването, български представител за храненето и хранителната политика в СЗО , член на Haight Level Group по хранене и физическа активност на Европейската комисия.

**Захранване - седмичен диетичен план за възрастта след 4-ти = от 5 месец**








[Type here]

[hipp.bg](http://hipp.bg)



За най-ценното в живота.

## Първа седмица

	1 ден Нова суровина Тиква	2 ден	3 ден	4 ден	5 ден Нова суровина Картоф	6 ден	7 ден
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Обяд	Няколко лъжици (2-3) еднокомпонентно зеленчуково пюре БИО Тиква/Картоф/Морков/Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Тиква 	Няколко лъжици (5-6) еднокомпонентно зеленчуково пюре БИО Тиква/Картоф/Морков/Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета за да се засити бебето Пример: Тиква 	Няколко лъжици (8-10) еднокомпонентно зеленчуково пюре БИО Тиква/Картоф/Морков/Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета за да се засити бебето Пример: Тиква 	Около 50-60 г еднокомпонентно зеленчуково пюре БИО Тиква/Картоф/Морков/Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета за да се засити бебето Пример: Тиква 	Двукомпонентно пюре, около 50-60 г картофено пюре + 3-5 лъжици пюре Тиква с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Тиква с картоф 	Двукомпонентно пюре, около 50-60 г картофено пюре + 5-8 лъжици пюре Тиква с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчуково пюре с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г Пример: Тиква с картоф 	Двукомпонентно пюре, около 50-60 г картофено пюре + 8-10 лъжици пюре Тиква с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчуково пюре с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г Пример: Тиква с картоф 
Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета








Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Обяд	Зеленчуково пюре + мляко
Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

## Втора седмица

	8 ден Нова суровина Морков	9 ден	10 ден	11 ден Нова суровина Пащърнак	12 ден	13 ден	14 ден Нова суровина Тиквичка
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Обяд	<p>Двукомпонентно пюре, около 50-60 г картофено пюре + 3-5 лъжици пюре Морков с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчуково пюре с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картоф</p> 	<p>Двукомпонентно пюре, около 50-60 г картофено пюре + 5-8 лъжици пюре Морков с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчуково пюре с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картоф</p> 	<p>Двукомпонентно пюре, около 50-60 г картофено пюре + 8-10 лъжици пюре Морков с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчуково пюре с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картоф</p> 	<p>Трикомпонентно пюре, около 80-90 г пюре Морков с картоф + 3-5 лъжици пюре Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчуково пюре с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картоф с пащърнак</p> 	<p>Трикомпонентно пюре, около 80-90 г пюре Морков с картоф + 5-8 лъжици пюре Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картоф с пащърнак</p> 	<p>Трикомпонентно пюре, около 80-90 г пюре Морков с картоф + 8-10 лъжици пюре Пащърнак с дохранване кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картоф с пащърнак</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Тиквичка с картоф и морков</p> 
Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Обяд	Зеленчуково пюре + мляко
Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета



### Трета седмица

	15 ден	16 ден	17 ден	18 ден	19 ден	20 ден	21 ден
			Нова суровина <b>Броколи</b>			Нова суровина <b>Ориз</b>	
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Обяд	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Тиквичка с картоф и тиква</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Тиквичка с картоф и пащърнак</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Пащърнак с картофи и броколи</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Тиква с картофи и броколи</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Морков с картофи и броколи</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Тиквичка с картоф и моркови</p> 	<p>Многокомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Пащърнак с картофи и тиква</p> 

[Type here]



За най-ценното в живота.

Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Около 2-3 лъжички, безглутенова каша (ориз, царевича, елда, просо), приготвена с кърма или мляко за кърмачета. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Оризова каша 	Около 5-6 лъжички, безглутенова каша (ориз, царевича, елда, просо), приготвена с кърма или мляко за кърмачета. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Оризова каша 
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета













Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Обяд	Зеленчуково пюре + мляко
Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета/ Каша
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

### Четвърта седмица

	22 ден Нова суровина Царевица	23 ден	24 ден Нова суровина Ябълка	25 ден	26 ден Нова суровина пуешко месо	27 ден	28 ден Нова суровина Елда
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска			Ябълково пюре 2-3 лъжички 	Ябълково пюре 3-5 лъжички 	Ябълково пюре 6-8 лъжички 	Ябълково пюре 8-10 лъжички 	Ябълково пюре 50-60 г. 
Обяд	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Пащърнак с картоф и броколи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Тиква с картоф и тиквичка 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Пащърнак с тиква и картофи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето или пригответе млечно зеленчукова смес с кърма или мляко за кърмачета. Размер на порцията около 150 г. Пример: Моркови с картофи и броколи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 2 лъжички месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Картоф с морков и Заготовка с пуйка 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Пащърнак с картоф и Заготовка с пуйка 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Броколи и Заготовка с пуйка 

[Type here]



За най-ценното в живота.

<b>Следобедно хранене</b>	<p>Около 8-10 лъжички, безглутенова каша (ориз, царевица, елда, просо), приготвена с кърма или мляко за кърмачета. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Царевична каша</p> 	<p>Около 50-60 г безглутенова каша (ориз, царевица, елда, просо), приготвена с кърма или мляко за кърмачета. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Царевична каша</p> 	<p>Около 50-60 г безглутенова млечна каша (ориз, царевица, елда, просо). Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Първата каша на бебето</p> 	<p>Около 80-90 г безглутенова млечна каша (ориз, царевица, елда, просо). Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Първата каша на бебето</p> 	<p>Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевица, елда, просо). Пример: Оризова каша</p> 	<p>Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевица, елда, просо). Пример: Царевична каша</p> 	<p>Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевица, елда, просо). Пример: каша Елда</p> 
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета















Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска	Флод
Обяд	Млечно-зеленчуково/месно-зеленчуково хранене
Следобедно хранене	Кърма или мляко за кърмачета/ Каша
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

## Пета седмица

	29 ден	30 ден Нова суровина- Жълтък	31 ден	32 ден Нова суровина - Круша	33 ден	34 ден Нова суровина - Пилешко месо	35 ден
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска	Ябълково пюре 50-60 г. 	Ябълково пюре 50-60 г. Пример: Ябълка с тиква 	Ябълково пюре 50-60 г. Пример: Ябълка с тиква 	3-6 лъжички еднокомпонентно плодово пюре круша, слива, банан. Пример: круша 	8-10 лъжички еднокомпонентно плодово пюре круша, слива, банан. Пример: круша 	50-60 г еднокомпонентно плодово пюре круша, слива, банан. Пример: круша 	50-60 г многокомпонентно плодово пюре круша, слива, банан. Пример: Круша с ябълка 
Обяд	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Тиква с картофи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Морков с картофи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Сладка царевица с картофено пюре и пуешко месо 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Тиквички с картофи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Размер на порцията около 150 г Пример: Броколи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Пащърнак с картофи и Заготовка от пиле 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре (100-130 г) комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Моркови с картофи 

[Type here]





За най-ценното в живота.

Следобедно хранене	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: каша Елда 	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: Първата каша на бебето 	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: Царевична каша 	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: Оризова каша 	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: каша Елда 	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: Първата каша на бебето 	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: Царевична каша 
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
















Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска	Плод
Обяд	Млечно-зеленчуково/месно-зеленчуково хранене
Следобедно хранене	Млечно-зърнена каша
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

## Шеста седмица

	36 ден Нова суровина - Банан	37 ден	38 ден Нова суровина – Заешко месо	39 ден	40 ден Нова суровина - Овес	41 ден	42 ден Нова суровина - Грах
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Междинно хранене	50-60 г. плодово пюре Пример: Банан 	50-60 г. плодово пюре Пример: Банан 	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълки с банани 	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълки с банани 	50-60 г. плодово пюре Пример: Круша с ябълка 	50-60 г. плодово пюре Пример: Круша с ябълка 	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълка с тиква 
Обяд	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Моркови и картофи с пиле 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример Тиквички с картофи и пащърнак  	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Заешко с картоф и копър 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Моркови с картофи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, докато се засити бебето. Пример: Пащърнак с картофи 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Заешко с картоф и копър 	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи, грах с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Нежни зеленчуци с ориз 

[Type here]



За най-ценното в живота.

Следобедно хранене	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: 120 г каша Елда + няколко лъжички пюре от банан	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: 120 г Първата каша на бебето + няколко лъжички пюре от ябълки с банани	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: 120 г Царевична каша + няколко лъжички пюре круши с ябълки	Около 150 г безглутенова млечна каша (ориз, царевича, елда, просо). Пример: 120 г Оризова каша + няколко лъжички пюре ябълки с банани	Млечна глутенова каша 2-3 лъжичи (овес, ръж, ечемик, пшеница). Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: 120 г Овесена каша + няколко лъжички пюре круша	Млечна глутенова каша 5-6 лъжичи (овес, ръж, ечемик, пшеница). Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: 120 г Овесена каша + няколко лъжички пюре тиква с ябълка	Млечна глутенова каша 8-10 лъжичи (овес, ръж, ечемик, пшеница). Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: 120 г Овесена каша + няколко лъжички пюре банан
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета















Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска - плод	Плод
Обяд	Млечно-зеленчуково/месно-зеленчуково хранене
Следобедно хранене	Млечно зърнено-плодово хранене
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

## Седма седмица

	43 ден	44 ден Нова суровина - Просо	45 ден	46 ден Нова суровина - Карфиол	47 ден	48 ден Нова суровина Телешко	49 ден
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Междинно хранене	50-60 г. плодово пюре Пример: Тиква и ябълка	50-60 г. плодово пюре Пример: Круша	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълки с банани	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълки с круши	50-60 г. плодово пюре Пример: Банани	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълка	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълка с тиква
							
Обяд	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи, грах с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Зеленчуци с ориз и пиле	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи, грах с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Моркови с картофи Пример 1. Нежни зеленчуци с ориз	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи, грах с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Тиква с пуешко месо	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи, грах с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Различни зеленчуци	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи, грах. Добавете лъжичка рапично олио. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, докато се засити бебето. Пример: Пащърнак с картофи	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Телешко с ориз и моркови	Едно, две или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Различни зеленчуци
							

[Type here]



За най-ценното в живота.

<p><b>Следобедно хранене</b></p>	<p>Млечна глутенова каша 50-60 г (овес, ръж, ечемик, пшеница). Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Овесена каша + няколко лъжички пюре банан</p> 	<p>Около 50-60 г млечна каша. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето. Пример: Каша Лека нощ с ябълка + 20 г пюре круша</p> 	<p>Около 80-90 г млечна каша. Дохранете с кърма или мляко за кърмачета, за да се засити бебето Пример: Каша Лека нощ с ябълка + 30 г пюре ябълка с банан</p> 	<p>Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г. Овесена каша + 30 г пюре ябълки с круши</p> 	<p>Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г Овесена каша + 30 г пюре банани</p> 	<p>Около 150 г млечна каша. Пример: : 120 г каша Елда +30 г пюре ябълки</p> 	<p>Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: : 120 г Овесена каша + 30 г пюре тиква с ябълки</p> 
<p><b>Вечерно хранене</b></p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>
<p><b>Вечерно хранене</b></p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>	<p>Кърма или мляко за кърмачета</p>















Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска - плод	Плод
Обяд	Млечно-зеленчуково/месно-зеленчуково хранене
Следобедно хранене	Млечно зърнено-плодово хранене
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

[Type here]



За най-ценното в живота.

## Осма седмица

	50 ден Нова суровина Пшеница	51 ден	52 ден Нова суровина Слива	53 ден	54 ден Нова суровина Бял морков	55 ден	56 ден Нова суровина Рибa
Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
Междинно хранене	50-60 г. плодово пюре Пример: Банан с ябълки 	50-60 г. плодово пюре Пример: Банан 	50-60 г. плодово пюре Пример: Сливи и ябълки 	50-60 г. плодово пюре Пример: Сливи 	50-60 г. плодово пюре Пример: Банан 	50-60 г. плодово пюре Пример: Круша с ябълка 	50-60 г. плодово пюре Пример: Ябълка с тиква 
Обяд	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Картофи с тиква и телешко 	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Вегетарианско меню градински зеленчуци със сладки картофи с амарант 	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Заешко с картоф и копър 	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Нежни зеленчуци 	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г месо (Пуешко, Пилешко, Заешко, Телешко). Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Бял морков с пуешка заготовка 	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 150 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с + ¼ жълтък. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Различни зеленчуци с бял морков 	Едно, два или трикомпонентно зеленчуково пюре 130 г комбинирано тиква, морков, картоф, пащърнак, тиквичка, карфиол, броколи с 20 г риба. Добавете лъжичка рапично олио. Пример: Съомга с картоф и морков 

[Type here]



За най-ценното в живота.

<b>Следобедно хранене</b>	Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г каша Свежи плодове + 30 г пюре банан с ябълки 	Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: Каша „Лека нощ“ с ябълки и круши 	Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г Каша Царевича с плодове + 30 г пюре от Сливи и ябълки 	Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г. Ябълки и банани с пълнозърнести култури, дохранете с мляко, за да се засити бебето. 	Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: Каша „Лека нощ“ с банани 	Около 150 г млечно-плодова каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г. каша Царевича с плодове + 30 г пюре от Круша с ябълка 	Около 150 г млечна каша (овес, ръж, ечемик, пшеница). Пример: 120 г Круша и банан с пълнозърнести култури, дохранете с мляко, за да се засити бебето. 
<b>Вечерно хранене</b>	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета
<b>Вечерно хранене</b>	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета	Кърма или мляко за кърмачета

Първо млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ млечно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Междинна закуска - плод	Плод
Обяд	Млечно-зеленчуково/месно-зеленчуково хранене
Следобедно хранене	Млечно зърнено-плодово хранене
Вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета
Второ вечерно хранене	Кърма или мляко за кърмачета

Когато се предлага месна заготовка под формата на месно-зеленчуково хранене, може да се предлага 2 поредни дни, тъй като се дели на две, след което да се продължи с млечно-зеленчуково хранене.

[Type here]