

Нови консистенции (6–9 месеца)



С порастването на бебетата се развиват и уменията им за хранене.

Предлагането на подходяща консистенция на храната в подходящия момент спомага за безопасното и самостоятелното хранене.

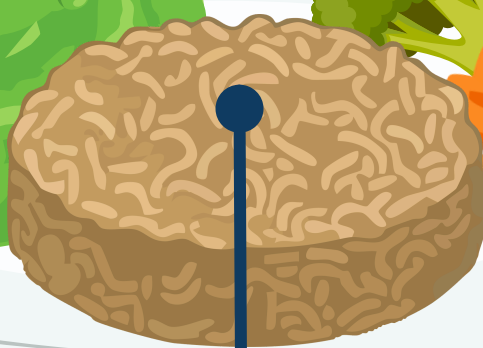
ПРИМЕРИ ЗА ХРАНИ С РАЗЛИЧНИ КОНСИСТЕНЦИИ



**Гладко-пасирани
пюрета при
започването на
захранването**
(например пюре от
леща)



**По-гъсти,
пюреобразни храни,
в зависимост от
подобряването на
контрола** (например
намачкан грах)



**Меки нехомогенни
храни, като
например смлени
или настъргани
храни** (например
мляно пилешко месо)



**Храни на парченца,
когато бебетата
вече могат да седят
изправени и сами да
си поставят храната
в устата**

(например варени
моркови, розички от
броколи или меки
зеленчуци и плодове)

Около 8–10 месеца

Повечето бебета трябва да се хранят с храни с парченца. Това спомага за развитието на дъвченето и други орално-моторни умения в по-късен етап.



ESPGHAN