



## Aanbod van eten en drinken voor kinderen van 0 tot 1 jaar

**Baby's hebben een eigen voedingschema. Wij hanteren de volgende uitgangspunten voor het eten en drinken voor kinderen van 0 tot 1 jaar**

### Drinken

- Met de ouders wordt afgesproken of hun kind borstvoeding of flesvoeding krijgt.
- Naast borstvoeding of opvolgmelk krijgen kinderen water of lauwe (vruchten)thee zonder suiker.
- Vanaf 8 maanden oefenen we met het drinken uit een beker.



Het complete voedingsbeleid van KidsCasa Kinderopvang is ook te vinden onder 'formulieren' op de website



### Eten

(Eerste) hapjes:

- We starten met het geven van eerste hapjes in overleg met de ouders. Tussen 4 en 6 maanden geven we een paar lepeltjes per oefenmoment.
- In overleg met de ouders zullen we na de leeftijd van 6 maanden de melkvoedingen steeds meer vervangen en gaat het kind steeds meer echte maaltijden eten.
- We laten de kinderen wennen aan veel soorten goed geprakte of niet te fijn gepureerde groente en fruit. Naarmate het kind beter kan happen, zal het stukjes vers fruit en groente krijgen of een combinatie van deels fijngeprakt met wat stukjes erbij.
- Aan een zachte smaak went een kind makkelijker. Het fruit waarmee we beginnen is bijvoorbeeld peer, appel, banaan, meloen en perzik.



Broodbeleg:

- We besmeren het brood altijd met een beetje zachte (dieet-) margarine uit een kuipje, hierin zitten veel onverzadigde (goede) vetten. Gebruiken we beleg, dan kiezen we bijvoorbeeld voor Zuivelspread (light), komkommer, ei, appelstroop of minder vette zoute vleeswaren als kipfilet en ham.

