







*V*otre choix d'aliments ne sera jamais aussi important qu'il l'est maintenant, car votre bébé se développe rapidement. Chez Earth's Best, nous croyons qu'il

n'y a rien de mieux que des aliments biologiques... mieux pour votre enfant et pour la terre. Les choix d'aliments que vous faites aujourd'hui affecteront la santé future de bébé. Earth's Best offre une gamme complète d'aliments biologiques pour bébé.

VOICI COMMENT LES PRODUITS EARTH'S BEST SE DISTINGUENT :

-  *Faits d'aliments entiers biologiques cultivés sans engrais*
-  *Sans sel, amidons transformés ou sucre raffiné ajoutés*
-  *Sans arômes et colorants artificiels ou agents de conservation*
-  *Certifiés casher, à l'exception des viandes*

Pour vous renseigner sur les produits et trouver un magasin près de chez vous, visitez notre site Web www.earthsbest.com

©2006 HAIN CELESTIAL CANADA ULC



A Healthy Way of Life™



Biologique... Sain... Délicieux



Votre bébé
mérite ce qu'il
y a de mieux.






PARCE QUE LA NATURE AUSSE EST MERE®

*P*ermettez-nous de vous présenter des faits établis. Les aliments pour bébés ne sont pas tous égaux. Même ceux qui sont soi-disant « naturels » peuvent porter à confusion. Soyez rassurés, les aliments pour bébés de marque Earth's Best sont aussi purs que peut l'être une purée. Ils sont faits d'ingrédients entiers, riches en nutriments et cultivés sans contaminants nocifs. Ajoutons qu'ils ne contiennent absolument aucun arôme, couleur ou agent de conservation artificiels. Pendant sa première année de vie, l'alimentation de votre bébé doit être prise au sérieux. Surtout par vous.

**GUIDE D'ALIMENTATION
RECOMMANDÉ**

La Société canadienne de pédiatrie recommande d'allaiter pendant les six premiers mois. Puisque chaque bébé se développe à son propre rythme, ce guide vous aidera à initier votre bébé aux aliments solides. Consultez votre pédiatre si vous vous demandez si votre bébé est prêt à consommer des solides. N'oubliez pas que les repas vous donnent l'occasion de vous amuser et de communiquer avec votre bébé, mais qu'ils peuvent aussi être salissants. Munissez-vous de votre appareil photo pour immortaliser ces moments!

Âge	LAIT MATERNEL	PRÉPARATION LACTÉE	CÉRÉALES	FRUITS ET LÉGUMES	YOGOURT, VIANDE & VOLAILLE
0-1 MOIS	Toutes les 2-3 heures ou 8-10 tétées par jour. Allaiter sur demande.	Toutes les 3-4 heures ou 6-8 biberons de 2-3 oz chacun par jour.	Aucune	Aucune	Aucune
1-4 MOIS	6-8 tétées par jour. Moins souvent à mesure que bébé dort plus longtemps la nuit.	Toutes les 4-5 heures ou 5-6 biberons de 4-6 oz chacun par jour.	Aucune	Aucune	Aucune
4-6 MOIS 	Habituellement 6 tétées par jour.	4-5 biberons de 6-8 oz chacun par jour, 32 oz par jour au maximum.	Le premier aliment solide est habituellement une céréale de riz enrichie en fer, suivie d'avoine et d'autres grains pour donner aux bébés le fer supplémentaire dont ils ont besoin. Commencer par 1 c. à soupe de céréale mélangée avec du lait maternel ou une préparation lactée jusqu'à l'obtention de la consistance désirée. Augmenter jusqu'à 4 c. à soupe par repas. Passer d'une à 2 portions par jour quand bébé l'accepte.	Une fois que bébé accepte les céréales, lui offrir des fruits et des légumes en purée. Commencer par un seul ingrédient en purée fine. Augmenter jusqu'à ce qu'il mange environ 1 bocal de 4,5 oz par repas. N'essayer qu'un seul nouvel aliment à la fois; guetter les signes d'allergies (diarrhée, éruption cutanée, vomissements).	Aucune
6-9 MOIS 	Habituellement 4-6 tétées par jour. Allaiter moins souvent à mesure que bébé mange plus d'aliments solides.	De 24 à 30 oz par jour selon la quantité d'aliments solides consommés.	À 8 mois, offrir des aliments à texture plus granuleuse.	Voudra peut-être essayer du jus. Continuer avec les fruits et légumes, offrant de nouveaux arômes seuls ou combinés et de nouvelles textures.	À 7 mois peut commencer à manger du yogourt et à 8 mois, de la volaille et de la viande bien broyées.
9-12 MOIS 	Allaiter moins souvent à mesure que bébé mange plus d'aliments solides. 4 tétées par jour habituellement.	Consommation réduite à environ 24 oz par jour.	Habituellement 1 fois par jour (1/4 - 1/2 tasse). Voudra peut-être essayer des aliments qui se mangent avec les doigts, comme des pâtes bien cuites.	Habituellement 2 portions de fruits ET de légumes par jour (1/4 - 1/2 tasse par portion). En faisant la transition vers des aliments ordinaires, bébé peut essayer des aliments à texture plus grossière. Choisir des aliments faciles à mâcher coupés en petits morceaux. Essayer plus d'aliments qui se mangent avec les doigts tels que les bananes.	Habituellement 1 portion de yogourt (1/4 - 1/2 tasse). Habituellement 1 portion de viande ou de volaille. Varier en offrant du fromage à pâte molle.

SOURCE: DR. NANCY PITTMAN, MT. SINAI HOSPITAL, NEW YORK

www.earthsbest.com


**ALIMENTS
BIOLOGIQUES
POUR BÉBÉ**

**JUGÉS LES PLUS
DÉLICIEUX!**

Par des chefs de cuisine
professionnels indépendants de
Quality Institute International
- American Tasting Institute.

