

Mes premières purées

De 4 à 6 mois



Mes premiers légumes	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Artichaut (le coeur vers 6 mois)										
Aubergine (sans peau, ni pépins)										
Betterave cuite										
Brocolis										
Carotte										
Céleri rave										
Chou-Fleur										
Courgette										
Épinards										
Fenouil										
Haricots verts										
Navet										
Panais										
Patate douce										
Petits pois										
Poireau (le blanc uniquement)										
Potiron										
Tomate										
MON LEGUME FAVORIS :										

