

Прикорм 7 месяцев: новые продукты

Возражения и ответы

Яичко рано?

В 6–7 мес — можно, но только хорошо термообработанное, малыми порциями и с повторениями.

Молочку пока нельзя?

Йогурт/творог/сыр допустимы как продукты; молоко как напиток — после года.

Рыбы боюсь — ртуть

Берите низкортутные виды (лосось, треска, хек); избегайте акулы/меч-рыбы/кор. макрелы/bigeye-тунца.

Арахис опасен

Без высокого риска — вводите в безопасной форме и поддерживайте 2–3 раза в неделю; высокий риск — по плану врача.

Глютен позже

Окно 4–12 мес; начинайте маленькими порциями и без «больших доз» вначале.

Кусочки = удушье

Опасна форма и посадка, а не сам факт кусочков. Двигайтесь по лестнице текстур, строго вертикально.

[Полная статья на сайте mamilife.ru →](#)