

Mejas Matschema

6-10
månader

Exempel
Måndag

Tid

Går upp 07:18 Gryningsmål 1/2 port Amning/Ersättni
ng/Havrevälling

09:10 Frukost 1/2 port Havregrynsgröt
på kokosmjölk vatten

Bebis vakar

Morgonsnus

Välj frukost

2:a Frukosten 1/4 Kokt ägg
1/2 Apelsin

Vatten

Bebis sover 9:40-11:00

Förmiddagsluren

Välj lunch 11:50 Förmiddagsfika 2 msk Grön ärtsoppa
1 st Macka Vatten

eller
Förmiddagsfika

1 tsk Mejas Bordssmör

Lunch 25 g spaghetti
1/2 ägg
1msk creme fraiche Vatten



Bebis sover 12:50-14:30

Middagsluren

Fika 15:00 Eftermiddagsfi 2 tsk jordgubbskräm vatten
1 msk yoghurt

Bebis sover 15:57-16:20

Eftermiddagsluren

Middag Middag 1 port Äggröra m
gräslök & vatten
libbsticka

Bebis vakar

Snusa-sött

Välj Kvällsmat 1 msk Risgrynsgröt vatten
Kvällsmat

Nattamat 1 st Macka m smör vatten
Gó natt & Suss
gott

Bebis sover 19.30-03:00

