



Tableau d'alimentation pour bébé

0-24 heures		
Lait maternel	Allaitez toutes les 1 à 3 heures	8 à 12 tétées par jour ou plus
Formule	5 à 7 ml par tétée	7 à 8 repas par jour
72 heures		
Lait maternel	Allaitez toutes les 1 à 3 heures	8 à 12 tétées par jour ou plus
Formule	22-27 ml par tétée	8 à 12 repas par jour
1 semaine		
Lait maternel	Allaitez toutes les 1 à 3 heures	8 à 12 repas par jour
Formule	45-60 ml par tétée	6 à 8 tétées par jour
2 à 8 semaines		
Lait maternel	Allaitez toutes les 1 à 3 heures	6 à 12 tétées par jour
Formule	450-735 ml par jour	8 à 12 tétées par jour
2 à 3 mois		
Lait maternel	Allaitez toutes les 3-4 heures	5 à 6 repas par jour
Formule	525-1080 ml par jour	5-6 changements de couches par jour
3 à 5 mois		
Lait maternel	Allaitez toutes les 3 à 4 heures	5 repas par jour
Formule	900-1050 ml par jour	5 repas par jour
6 mois		
Lait maternel	Allaitez à la demande	4 à 5 repas par jour
Formule	840-960 ml par jour	4 repas par jour
Aliments solides	Commencez par de petites quantités de fruits, de légumes en purée et d'aliments riches en fer	Augmentez progressivement en fonction de l'appétit de votre bébé
7-9 mois		
Lait maternel	600 ml par jour	Adaptez leur alimentation en fonction de la quantité de solides qu'ils consomment
Formule	600 ml par jour	4 repas par jour
Aliments solides	Commencez avec de petites quantités de purées de fruits, de légumes et d'aliments riches en fer	Augmentez progressivement la variété pour plus d'énergie et de nutriments
9 à 12 mois		
Lait maternel	Allaitement à la demande	3 repas par jour en plus de leurs tétées habituelles
Formule	400 ml par jour	
Aliments solides	Commencez par de petites quantités de fruits et légumes en purée et d'aliments riches en fer	