



# Klassische B(r)eikost vs. Baby led weaning

## Baby led weaning

- ab dem 7. Lebensmonat (Baby sollte sitzen können)
- Beikost in Form von Sticks
- Muttermilch bzw. Fläschchen bleiben Hauptnahrungsmittel (mind. bis Ende des 1. Lebensjahres)
- höherer Arbeitsaufwand (Zubereitung u. Reinigung)
- Förderung der eigenständigen Nahrungsaufnahme sowie der Auge-Hand-Mund-Koordination

## Beikost

- ab dem 5. Lebensmonat
- Beikost in Brei-Form
- Stillen nach Bedarf
- einfache Handhabung (zahlreiche Rezepte mit genauen Mengenangaben)
- Zufuhr wichtiger Nährstoffe über den Brei
- Sticks können zusätzlich angeboten werden



[www.mama-oello.com](http://www.mama-oello.com)

In Zusammenarbeit  
mit Hebamme  
Nicola Herrmann

[www.nicola-herrmann.de](http://www.nicola-herrmann.de)

