L’alimentation de bébé de 18 à 24 mois

BÉBÉ ENTRE 1 ET 3 ANS

ARTICLE

JUIN 23, 2019

2 MINS

Votre bébé a beaucoup grandi. Il a enrichi son répertoire alimentaire, mange tout seul avec une cuillère et presque comme toute la famille. Il est aussi assez grand pour faire des choix et indiquer ses préférences, proposez-lui donc de choisir entre différents fruits et légumes, par exemple.

Alimentation de bébé de 18 à 24 mois

En effet, votre enfant a débuté sa diversification alimentaire depuis un moment maintenant, son alimentation se diversifie de plus en plus et vous pouvez l’encourager à découvrir de nouveaux aliments tels que les crudités. Il devient un vrai expert des saveurs ! Il expérimente et teste vos limites, en affirmant ses préférences et tarde parfois à finir son repas.

Et oui, votre bébé grandit, les siestes sont plus courtes et les temps de jeu plus long ! Il ne manque pas d'activité ! En conséquence, il lui faut la bonne quantité d’énergie apporté en quatre repas équilibrés. Vous pouvez continuer à développer ses sens en lui présentant des assiettes colorées et amusantes tout en racontant des histoires. Ou encore ruser avec de la jolie vaisselle qui plaît à bébé pour le séduire davantage et en profiter pour lui faire aimer des aliments qu’il repoussait au départ.