



## Einführung der Beikost

Für Eltern: Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern im 1. Lebensjahr, Beikostbreie, Lebensmittelauswahl, Getränke

**Ziel** Problemloser Übergang von Milchnahrung zu fester Nahrung

**Dauer** 90 Minuten

**Inhalt** Zunächst ist Muttermilch das ideale Nahrungsmittel für Säuglinge. Spätestens nach dem 6. Lebensmonat sollte mit dem Zufüttern von Beikost begonnen werden.

- Bedarfsgerechte Kinderernährung gemäß den Empfehlungen des bundesweiten Netzwerks "Gesund ins Leben" und des Forschungsinstituts für Kinderernährung Dortmund (FKE)
- Besonderheiten der körperlichen Entwicklung bei Säuglingen und die Konsequenz für die Ernährung
- stufenweise Einführung der Beikost
- selber kochen oder Fertigprodukte verwenden
- Orientierungshilfen für das Angebot von Fertigprodukten
- Allergieprophylaxe

**Zielgruppe** Eltern

**Durchführung** Vortrag & Gespräch

**Voraussetzung** Die Angebote für die Baby- und Kleinkindernährung können von jeder Elterngruppe in Anspruch genommen werden. Die Veranstaltung ist ein Angebot der Landesinitiative "Bewusste Kinderernährung" des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg in Koordination mit dem FORUM Ernährung und Hauswirtschaft des Landratsamtes Böblingen. Ab 8 Teilnehmern/innen übernimmt das Land Baden-Württemberg die Kosten.

**Teilnehmerzahl** mindestens 8

Dieses Angebot wurde unter [www.eb-gs.de/display-angebot/119](http://www.eb-gs.de/display-angebot/119) gefunden.

Erstellt am 29.1.2026