|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ВОЗРАСТ  | ОВОЩИ | СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ |
| с 5-6 месяцев | Кабачки |  | В качестве первого прикорма с 5-6 месяцев, в виде пюре, позже, можно будет смешивать с брокколи, капустой, тыквой, картошкой, и другими овощами. |
| с 5-6 месяцев | Цветная капуста | Изображение выглядит как рисунок  Автоматически созданное описание | В качестве первого прикорма с 5-6 месяцев, в виде пюре, позже, можно будет смешивать с брокколи, капустой, тыквой, картошкой, и другими овощами. |
| с 6-7 месяцев | Тыква | Изображение выглядит как рисунок  Автоматически созданное описание | Начиная с 6-7 месяцев, в виде пюре, или в смеси с другими овощами, можно добавлять в каши.  |
| с 7 месяцев | Картофель | Изображение выглядит как еда, внутренний, тарелка, стол  Автоматически созданное описание | Начиная с 7 месяцев, сначала в виде пюре, а затем, в смеси с другими овощами. |
| с 6-7 месяцев | Морковь | Изображение выглядит как рисунок  Автоматически созданное описание | Начиная с 6-7 месяцев в виде пюре, можно с другими овощами, а также, добавлять в каши. |
| с 8 месяцев | Зеленый горошек | Изображение выглядит как зеленый, растение, внутренний, горох  Автоматически созданное описание | Начиная с 8 месяцев в виде пюре, можно добавлять с другими овощами в суп-пюре. |
| с 9 месяцев | Свекла | Изображение выглядит как рисунок  Автоматически созданное описание | С 9 месяцев в виде пюре. С осторожностью давать детям, которые имеют неустойчивый стул. Свекла обладает выраженным слабительным эффектом. |
| с 1 года | Огурцы | Изображение выглядит как внутренний, сидит, стол, зеленый  Автоматически созданное описание | Не ранее года. В свежем виде. Обладает слабительным эффектом. |
| с 1 года | Баклажаны | Изображение выглядит как рисунок  Автоматически созданное описание | В виде компонентов овощного рагу. Пюре не рекомендуется из-за волокнистой структуры. |
| с 1 года | Сладкий перец | Изображение выглядит как красный, стол, сидит, белый  Автоматически созданное описание | В тушеном и свежем виде. В салатах, в овощном рагу, в супах. |
| с 1 года | Томаты | Изображение выглядит как рисунок  Автоматически созданное описание | В тушеном и свежем виде. В салатах, в овощном рагу, в супах. |