

Ratgeber Durchfall

Zusätzliche Nahrungsmittel für ihr Kind:

Sie können je nach Alter geben:

- ✓ Geriebener Apfel mit pürierter Banane
- ✓ Reisschleim
- ✓ Karottensuppe
- ✓ Suppe aus magerer Fleischbrühe mit Nudeln, Reis oder Grieß
- ✓ Gedämpfte Karotten oder Kartoffeln

Sie sollten **nicht** geben:

- ✗ Fette Speisen
- ✗ Stark gewürzte Speisen
- ✗ Fleischreiche Mahlzeiten
- ✗ Vollmilch
- ✗ Eier
- ✗ Konzentrierte Fruchtsäfte
- ✗ Cola
- ✗ Speiseeis
- ✗ Süßigkeiten

Rezepte:

Reisschleimsuppe:

3 gehäufte Teelöffel Milupa Reisflocken, 100 ml abgekochtes Wasser (abgekühlt auf ca. 60° C), 1 Prise Salz und 2 Teelöffel Traubenzucker zu einer Suppe anrühren.

Karottensuppe (nach Moro):

500 g geschälte Karotten in 1 Liter Wasser weich kochen, durchsieben oder mit dem Mixer pürieren, mit abgekochten Wasser auf 1 Liter Gesamtmenge auffüllen, 1 gestrichenen Teelöffel Salz (3 g) hinzufügen.

Heilnahrungs-Brei:

Für eine Portion á 200 g: 150 ml frisch abgekochtes Wasser (abgekühlt auf ca. 60° C) mit 12 Messlöffeln Milupa Heilnahrung HN 25 verrühren.

