
À QUEL ÂGE BÉBÉ PEUT-IL MANGER...



- **...des aliments allergisants ?** Au même âge que les aliments à faible risque allergique.

- **...des fruits exotiques ?** Dès 4 à 6 mois.

- **...du chocolat ?** Classiquement à partir de 9 mois mais aucune donnée scientifique n'interdit de commencer dès 6 mois. Cependant il doit être limité chez l'enfant en raison de sa forte teneur en nickel.

- **...des fruits à coques ?**

- Sous forme mixée et cuite (biscuits..) : dès 4 à 6 mois.
 - Sous forme entière (noix, noisette, amande, cacahuète) : pas avant 5 ans.
-

- **...des oeufs ?** À partir de 4 à 6 mois, on peut commencer le jaune et le blanc d'oeuf cuit/dur, 1/4 d'oeuf entre 6 et 12 mois.
