



## ABKÜRZUNGEN ZUR GLÄSCHEN-ÜBERSICHT

Die Zusammenstellung der auf dem Markt befindlichen Breie und Gläschen spiegelt die aktuelle Situation zum Zeitpunkt der Erhebung wider.

Sie berücksichtigt alle Produkte in Deutschland, Österreich und in der Schweiz, die den Beikostplänen im Buch „Essen und Trinken im Säuglingsalter“ entsprechen.

Aufgrund der in unserem Buch enthaltenen drei verschiedenen Beikostpläne ergeben sich unterschiedliche Beginnzeiten für gestillte (vegetarische) Kinder und Abweichungen davon bei frühen Beikostzeiten (siehe Buch „Essen und Trinken im Säuglingsalter“ Seite 118 bis 135). **Die Beginnzeiten für gestillte Kinder sind fett hervorgehoben.**

Neben **LM** (den Lebensmonaten der Beikostpläne), der Nummerierung und Benennung der **Zutat** sind im Überblick folgende Rubriken zu finden:

**Benennungen Beikostprodukte:** Hier werden die Gläschen, Getreidebreie (GB) und Zugaben (ZU) aufgelistet. Sie enthalten nur Produkte mit Zutaten, die Ihr Kind bereits in diesem Stufenplan kennengelernt hat.

Sie können unter **Notiz** vermerken, wo die Produkte günstig angeboten werden oder ab wann Sie sie geben.

**Marke:** In dieser Spalte befindet sich die zu dem Gläschen oder Brei gehörige Handelsmarke. In Österreich sind

manche deutsche Marken, z. B. pro-biJo, nur in BIO-Supermärkten zu bekommen. Die Marken Sunval und Holle sind in Österreich nur in Naturkostläden und BIO-Supermärkten (auf Anfrage) erhältlich – die Marke Bebivita nur bei der Kaufhauskette Müller, die Marke Alnatura nur bei dm.

Gläschen der Marke Humana sind in Deutschland und Österreich via Internet beziehbar.

**D, A, CH:** Da die Auswahl an Beikostprodukten in den Ländern Deutschland (D), Österreich (A) und Schweiz (CH) unterschiedlich ist, habe ich dies unter der Rubrik D, A, CH für die einzelnen Länder vermerkt.

**Zeitang.:** Die Produkte sind im Regal des Supermarktes oder BIO-Ladens manchmal nach den vom Hersteller empfohlenen Zeitangaben geordnet:

**n4 = nach dem 4. Monat,  
6 = ab dem 6. Monat,  
8 = ab dem 8. Monat.**

Diese Angaben entsprechen nicht den von mir vorgeschlagenen Zeitpunkten der Beikostgabe. Daher weichen diese Angaben vom Lebensmonat (**LM**) und dem Tag der Einführung ab.

**Einzelne Breie sind sowohl vom Hersteller – als auch von mir – für später gedacht, aber aufgrund der einfachen Zusammensetzung im Speiseplan in Klammer schon vorne gelistet!**

## Getreidebrei- und Gläschen-Übersicht – Teil 1 von 12

LM	Zutat	Zutat	Notiz	Benennungen Beikostprodukte	Marke	D, A, CH	Zeitang.
5 – 7.	1.	Karotte		Für Genießer (Bio) Karotten-Saft	Alete/Nestlé	D, A	n4
				Karotte pur	Alnatura	D, A	n4
				Bio-Frühhkarotten	babydream/Rossmann	D	n4
				Früh-Karotten	babylove/dm	D, A	n4
				Frühhkarotten	Baby sun	D, A	n4
				Karottenpüree	Baby sun	D	n4
				Reine Karotte (Biosäfte)	Hipp	D, A	n4
				Reine (Früh)karotten	Hipp	D, A, CH	n4
				Karotten	Holle	D, A, CH	n4
				Karottenpüree	Humana	D, A	n4
				Karotte	Lebenswert Bio	D	n4
				Karotte pur	pro-biJo	D, A	n4
				Frühhkarotten	Sunval	D, A	n4
5 – 7.	2.	Rapsöl (ZU) (oder mit Maiskeim- bzw. Sonnenblumenöl) (evtl. später auch in Abwechslung mit Butter – n6)		1 – 2 TL Öl zum Mittagsgläschen			
				Frühhkarotten (mit Öl)	Bebivita	D, A	n4
				NaturNes Pure Karotte (mit Öl)	Nestlé	D, A	n4
5 – 7.	3.	Kartoffeln		Adapta Bio Rüebli und Kartoffel	Adapta	CH	n4
				NaturNes Karotten und Kartoffeln	Alete/Nestlé	D, A	n4
				Karotten-Kartoffeln	Alnatura	D, A	n4
				Früh-Karotten mit Kartoffeln	babylove/dm	D, A	n4
				Karotten mit Kartoffeln	Baby sun	D, A	n4
				Frühhkarotten mit Kartoffeln	Bebivita	D, A	n4
				Früh-Karotten mit Kartoffeln	Hipp	D, A, CH	n4
				Karotten mit Kartoffeln	Holle	D, A, CH	n4
				Karotten mit Kartoffeln	Humana	D, A	n4
				Karotten mit Kartoffeln	Sunval	D, A	n4
5 – 7.	4.	Rind- oder Kalbfleisch		Adapta Bio Rüebli und Kartoffel mit Rindfleisch	Adapta	CH	n4
				NaturNes Karotten mit Kartoffeln und Rindfleisch	Alete/Nestlé	D, A	n4
				NaturNes Karotten, Kartoffel und Kalbfleisch	Alete/Nestlé	D, A	n4
				Karotten Kartoffeln Rind	Alete/Nestlé	CH	n4
				Karotten-Kartoffeln und Rindfleisch	Alnatura	D, A	n4, (8)
				Bio-Karotten mit Kartoffeln und Rind	babydream/Rossmann	D	n4
	Karotten & Kartoffeln mit Rind	babylove/dm	D, A	n4			