

Biscuits à la banane "sapin de Noël" pour bébé (dès 9 mois)

ingrédients

- 240g de farine
- 30g de sucre
- 35ml d'huile de tournesol
- 1 cuillère à café rase de levure
- 1 oeuf
- 80g de banane bien mûre



1. Ecraser les 80g de banane, placer dans un saladier la farine, la levure et le sucre.
2. Battre l'oeuf à part de façon à ce qu'il soit bien homogène pour l'ajouter au mélange farine sucre levure.
3. Ajouter l'oeuf battu ainsi que l'huile de tournesol et la banane écrasée au mélange farine sucre levure.
4. Mélanger à l'aide d'une fourchette puis on termine avec les mains jusqu'à obtenir une belle boule de pâte pour les biscuits.
5. Préchauffer notre four à 180C. Utiliser un emporte pièce pour les sapins ou laisser place à votre créativité ! Une fois les biscuits réalisés c'est parti pour 13 minutes de cuisson. Bon appétit :)

Vélouté de potimarron et châtaigne (dès 12 mois)

ingrédients

- 1 demi potimarron
- 10 châtaignes
- 1 pomme de terre
- 1 noisette de beurre



1. Couper le potimarron et la pomme de terre en dés et les faire cuire 20 minutes à la vapeur.
2. En parallèle, faire bouillir les châtaignes dans de l'eau durant 20 minutes et les éplucher.
3. Mixer tous les ingrédients avec le beurre.

Idées +

Ajouter un peu de poulet pour agrémenter le velouté.

MINI

LES PETITS
6 mois - 18 mois

MAG



NOVEMBRE - DECEMBRE 2025

LES PROTÉINES POUR BÉBÉ

DÈS 6 MOIS

Bébé peut manger tout type de viande ou de poisson mais les aliments doivent être mixés. Limiter tout de même les charcuteries (sauf jambon blanc).

DÈS 7 À 8 MOIS

Bébé peut manger 10g / jour de viande ou poisson soit environ 2 cuillères à café. Il peut aussi manger des oeufs au maximum 1/4 d'oeuf dur par jour. Toujours de texture mixée.

DE 9 À 12 MOIS

Bébé peut commencer à manger ses aliments hachés. Pour la viande et le poisson environ 20g / jour soit 4 cuillères à café ou 1/3 d'oeuf dur par jour.

+ DE 12 MOIS

Pour la viande et le poisson, bébé peut prendre environ 30g / jour. Soit environ 6 cuillères à café. Pour les oeufs pas plus d'1/2 par jour.



MENUS DE NOVEMBRE

Mouliné d'agneau Purée de carottes Petit suisse nature bio Purée poire	Mouliné de poisson blanc Purée de petits pois Yaourt nature bio Purée coing	Mouliné de dinde Purée 3 légumes Petit suisse nature Purée fraise HVE	Mouliné de boeuf Purée de haricots verts Yaourt nature bio Purée pomme HVE	Mouliné de saumon Purée de chou-fleur Fromage blanc nature Purée banane HVE
3 novembre	4 novembre	5 novembre	6 novembre	7 novembre
Mouliné de dinde Purée de courgettes Yaourt nature Purée pomme HVE	FERIE	Mouliné d'agneau Purée d'épinards Petit suisse nature Purée de poire	Mouliné de boeuf Purée chou-fleur Yaourt nature bio Purée fraise HVE	Mouliné de poisson blanc Purée de carottes Petit suisse nature bio Purée pruneau
10 novembre	11 novembre	12 novembre	13 novembre	14 novembre
Mouliné de dinde Purée 3 légumes Yaourt nature bio Purée poire	Mouliné de veau Purée de haricots verts Petit suisse nature bio Purée fraise HVE	Mouliné de saumon Purée de carottes Yaourt nature Purée coing	Mouliné de poisson blanc Purée de petits pois Petit suisse nature Purée pomme HVE	Mouliné de boeuf Purée chou-fleur Yaourt nature bio Purée pêche
17 novembre	18 novembre	19 novembre	20 novembre	21 novembre
Mouliné de poisson blanc Purée de potiron Petit suisse nature bio Purée banane	Mouliné d'agneau Purée d'épinards Yaourt nature Purée fraise HVE	Mouliné de veau Purée de chou-fleur Petit suisse nature bio Purée pomme HVE	Mouliné de dinde Purée de carottes Yaourt nature bio Purée poire	Mouliné de saumon Purée de courgettes Fromage blanc nature Purée coing
24 novembre	25 novembre	26 novembre	27 novembre	28 novembre
Mouliné d'agneau Purée de céleri Petit suisse nature bio Purée fraise HVE	Mouliné de saumon Purée de haricots verts Fromage blanc nature Purée banane	Mouliné de poulet Purée de carottes Yaourt nature Purée poire	Mouliné de poisson blanc Purée de 3 légumes Petit suisse nature bio Purée coing	Mouliné de boeuf Purée de petits pois Yaourt nature bio Purée pruneau
1er décembre	2 décembre	3 décembre	4 décembre	5 décembre

MENUS DE DECEMBRE

Mouliné d'agneau Purée de chou-fleur Yaourt nature Purée poire	Mouliné de saumon Purée de carottes Fromage blanc nature Compote abricots HVE	Mouliné de poulet Purée de haricots verts Petit suisse nature bio Purée coing	Mouliné de boeuf Purée d'épinard Yaourt nature bio Purée pomme HVE	Mouliné de poisson blanc Purée de potiron Petit suisse nature bio Purée fraise
8 décembre	9 décembre	10 décembre	11 décembre	12 décembre
Mouliné de saumon Purée de chou fleur Petit suisse nature bio Purée banane HVE	Mouliné de dinde Purée 3 légumes Yaourt nature Purée pomme HVE	Mouliné de boeuf Purée de haricots verts Fromage blanc nature Purée fraise HVE	Mouliné de poisson blanc Purée de potiron Yaourt nature bio Purée poire	Mouliné d'agneau Purée de céleri Petit suisse nature bio Purée coing
15 décembre	16 décembre	17 décembre	18 décembre	19 décembre
Mouliné de saumon Purée de haricots verts Fromage blanc nature Purée pruneau	Mouliné de boeuf Purée de potiron Yaourt nature Purée coing	Mouliné de veau Purée d'épinards Petit suisse nature bio Purée poire	FERIE	Mouliné de poisson blanc Purée de carottes Petit suisse nature bio Purée poire
22 décembre	23 décembre	24 décembre	25 décembre	26 décembre
Mouliné de boeuf Purée de céleri Yaourt nature Purée coing	Mouliné de poisson blanc Purée d'épinards Petit suisse nature bio Purée pomme HVE	Mouliné de dinde Purée de carottes Yaourt nature bio Purée fraise HVE	FERIE	Mouliné de saumon Purée de petits pois Petit suisse nature Purée banane
29 décembre	30 décembre	31 décembre	1 janvier	2 janvier

FAIRE UNE EMPREINTE POUR BÉBÉ

ATELIER

Menus établis par notre diététicienne diplômée d'État sous réserve des contraintes d'approvisionnement.
Menus conformes à l'équilibre nutritionnel et aux recommandations du GEMRCN.