Εισαγωγή στερεών τροφών

Τρόφιμα		Ημερομηνία 1ης δοκιμής	Πιθανά Προβλήματα						Τροφή κατ/λη	Τροφή ακατ/λη
			Αέρια	Δυσκοιλιότητα	Διάρροια	Εξάνθημα	Εμετός	Άλλο		
ΦΡΟΥΤΑ	Μπανάνα									
	Αχλάδι									
	Μήλο									
	Ροδάκινο									
	Αβοκάντο									
	Καρπούζι									
	Πεπόνι									
	Πορτοκάλι									
	Μανταρίνι									
	Βανίλια									
	Μάνγκο									
	Παπάγια									
	Φράουλα									
	Κεράσια									
	Σταφύλια									
	Βερίκοκο									
	Ακτινίδιο									
	Μπρόκολο									
	Κουνουπίδι									

Εισαγωγή στερεών τροφών

ΛΑΧΑΝΙΚΑ	Αγγούρι									
	Πατάτες									
	Γλυκοπατάτες									
	Κολοκύθα									
	Κολοκυθάκι									
	Καρότο									
	Μελιτζάνα									
	Σπαράγγι									
	Παντζάρι									
ΟΣΠΡΙΑ	Φακές									
	Φασόλια									
	Μαυρομάτικα φασόλια									
	Φάβα									
	Ρεβίθια									
	Γίγαντες									
	Χούμους									
ΛΑΔΕΡΑ	Φασολάκια									
	Αρακάς									

Εισαγωγή στερεών τροφών

ΚΡΕΑΣ-ΑΥΓΑ	Μοσχάρι									
	Κοτόπουλο									
	Αρνί									
	Κατσίκι									
	Γαλοπούλα									
	Χοιρινό									
	Αυγά									
ΨΑΡΙΑ	Μπακαλιάρος									
	Σολωμός									
	Τσιπούρα									
	Ροφός									
	Γλώσσα									
	Σαργός									
ΓΑΛΑΚΤΟ	Ανθότυρο									
	Φέτα									
	Κασέρι									
	Γραβιέρα									
	Ένταμ									
	Γκούντα									
	Παρμεζάνα									

Εισαγωγή στερεών τροφών

ΚΟΜΙΚΑ	Τυρί Cottage									
	Cream cheese									
	Κατίκι									
	Γιαούρτι									
	Ανάλατο βούτυρο									
ΑΜΥΛΟ	Weetabix									
	Μακαρόνια									
	Ψωμί									
	Ρύζι									
	Τραχανάς									
	Τόφου									
ΑΛΛΑ ΦΑΓΗΤΑ										