



Frühstück für das Kleinkind



ab 10. Monat

Zutaten

- Vollkornbrot, Knäckebrötchen oder [Brot ohne Salz](#)
- Brotaufstrich wie Frischkäse, [Fruchtfrischkäse](#), (Kräuter-)Butter, Obstbrei
- Käsewürfel nach Belieben
- frisches Obst der Saison
- Minitomaten, Gurkenscheiben etc

Zum Frühstück essen unsere kleinen Kinder gern **Brothäppchen oder Knäckebrötchen**. Die gesündesten Brotsorten die ihr euren Kindern anbieten könnt, sind Vollkorn- und Roggenbrot. Sie enthalten wertvolle Nährstoffe und verklumpen im Gegensatz zu Weißmehlprodukten nicht so schnell im Kindermund. Die liebsten Brotaufstriche bei uns sind Frischkäse und Kräuterbutter. Als Marmeladenersatz nehme ich ab und zu Obstgläser - das lieben Babys und Kleinkinder und es enthält keinen zusätzlichen Zucker. Dem Thema [Brotaufstriche für das Baby](#) habe ich übrigens einen ganzen Artikel gewidmet.

Zur Brotportion gibt es **Käsewürfel**. Hier unterscheiden sich die Vorlieben unserer drei Kinder. Während es zwei von ihnen eher herzlich mögen und beispielsweise Bergkäse toll finden, mag unserer Älteste nur jungen Gouda.

Komplettiert wird der Frühstücksteller bei uns immer durch eine Portion **frisches Obst der Saison**. Während die Bandbreite dafür im Sommer Beeren und Früchte in allen Farben und Formen umfasst, beschränkt sich das Angebot im Winter eher auf Äpfel, Bananen, Zitrusfrüchte und Physalis.

Mit Hilfe kleiner Ausstechförmchen kann man Gurkenscheiben und anderes Obst oder Gemüse



übrigens ganz einfach in hübsche Formen bringen. Gurkensternchen und -herzchen schmecken gleich doppelt so gut und bringen unsere Jüngste sogar richtig zum Lachen.

Unsere Empfehlung für Dich:

The advertisement features a light green background. At the top, the title 'BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE' is written in a bold, dark font. Below it, the subtitle 'MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER' is displayed. A central orange button with a right-pointing arrow and the text 'ZUM SHOP' is prominent. To the right, there are three circular images showing various baked goods: a stack of pancakes, a bowl of muffins, and a plate of bread rolls. On the far right, the book cover is shown, featuring a hand holding a cookie and the same title and subtitle.

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop/>