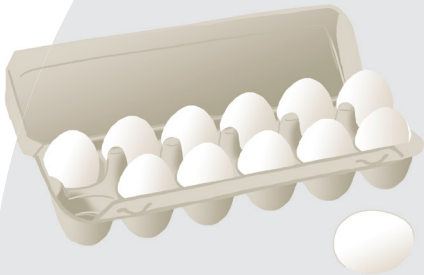


LES ALIMENTS OLO

Chaque aliment joue un rôle précis dans le développement de votre bébé

PROTÉINES

Pour former les muscles, les organes et la peau.



1 œuf chaque jour.



1 L de lait
(4 verres de 250 ml)
chaque jour.

CALCIUM ET VITAMINE D

Pour construire des os et des dents solides.



VITAMINE C

Pour aider à avoir un bon système de défense contre les maladies et pour augmenter l'absorption du fer.

125 ml (1/2 tasse)
de jus d'orange
chaque jour.



VITAMINES ET MINÉRAUX

Pour s'assurer de combler tous les besoins nutritionnels, en complément des repas.

Fer
Pour former les cellules du sang et transporter l'oxygène.

Acide folique
Pour développer le cerveau, le système nerveux et la colonne vertébrale.



1 dose de supplément
prénatal
chaque jour.

