

Bildnachweise

App „Baby & Essen“

Version 2.0.0., 14.12.2018

App des Netzwerks Gesund ins Leben

Herausgeberin: Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung

Startbildschirm:

Breie: © Vojtech Vlč / Fotolia

Stillen: © Oksana_Kuzmina / Fotolia

Schwangerschaft:

Icon: © Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn)

1. Monat

Stillen ist das Beste

Bubble: © Oscar Brunet / Fotolia

Perfekt für dein Baby: © MAK / Fotolia

Perfekt für die Mama: © pololia / Fotolia

Muttermilch passt immer: © AGphotographer / Fotolia

Muttermilch reicht!: © Joelle M / Fotolia

Muttermilch schützt: © epiximages / Fotolia

Stillen ist einfach bequem: © Anja Roesnick / Fotolia

Stillen verbindet: © epiximages / Fotolia

Nachts bleibt's gemütlich: © id-foto.de / Fotolia

Wie oft und wie lange?: © Iryna / stock.adobe.com

Essens-Fahrplan

Bubble: © Netzwerk Gesund ins Leben

Nur Milch: © Vlad Gansosky / Fotolia

Weiterstillen + Breie: © Ramona Heim / stock.adobe.com

Familienessen: © Monkey Business / Fotolia

Allergie-Risiko-Check

Bubble: © JBryson / istock

Allergien vorbeugen:

Rauchfreie Umgebung schaffen: © Sascha Burkard / Fotolia

Schadstoffarmes Nest bauen: © mmphotographie.de / Fotolia

Meeresfisch in Mamas Stillmenü: © Printemps / Fotolia

Keine neuen Katzen: © mfotohaus / Fotolia

Flaschenmilch

Bubble: © Klaus Arras

Welche Flaschenmilch?: © Dimitrios Rizopoulos / Fotolia

Bei Allergierisiko: © Kristina Afranasyeva / Fotolia

Zubereitung:

Hände waschen: © Subbotina Anna / stock.adobe.com

Frisch zubereiten: © fillipebvarela / Fotolia

Verbrühungen vermeiden: © lefevre_jonathan / Fotolia

Genau dosieren: © Klaus Arras

Füttern nach Bedarf: © iskandarov / stock.adobe.com

Flaschenreinigung: © Africa Studio / Fotolia

Menü für Stillmamas

Bubble: © benik.at / Fotolia

Ausgewogen essen: © silencefoto / Fotolia

Verzicht ist nicht nötig: © BestPhotoStudio / Fotolia

Gewicht: © BVpix / Fotolia

2-mal pro Woche Meeresfisch: © Printemps / Fotolia

Ausreichend Trinken: © biker3 / Fotolia

Jod nicht vergessen: © helix / Fotolia

Nicht Rauchen und kein Qualm: © Sascha Burkard / Fotolia

Kein Alkohol: © Tobilander / Fotolia

Achtung bei Medikamenten: © AP / Fotolia

2. Monat

Aktiv sein

Bubble: © Claudia Paulussen / Fotolia

Aktiv sein: © satori / stock.adobe.com

Milch für später

Bubble: © spunk74 / Fotolia

Hunger oder Satt?

Bubble: © HaywireMedia / Fotolia

Wie erkenne ich Hunger?: © HaywireMedia / Fotolia

Wann ist das Baby satt?: © Corpis / Fotolia

Jedes Kind isst anders: © JBryson / iStock

Warum schreit mein Baby?: © Ilka Burckhardt / Fotolia

3. Monat

Die Milch reicht

Bubble: © Joelle M / Fotolia

Strampeln und Spüren

Bubble: © Hunta / Fotolia

Bauchlage macht fit: © Chantals / stock.adobe.com

Jeden Tag nach draußen: © ant236 / Fotolia

Zeit für Bewegung: © MAK / Fotolia

In der Gruppe krabbeln: © Kzenon / stock.adobe.com

Schlafen in Rückenlage: © leungchopan / Fotolia

4. Monat

Stillen schützt

Bubble: © id-foto.de / Fotolia

Stillen schützt: © id-foto.de / Fotolia

Babysitz nur im Auto

Bubble: © edgardr / iStock

Babysitz nur im Auto: © edgardr / iStock

Allergisch?

Bubble: © mitgirl / Fotolia

Jetzt nur Milch

Bubble: © Colourbox.de / 1006998

Jetzt nur Milch: © Colourbox.de / 1006998

5. Monat

Brei-Fahrplan

Bubble: © Netzwerk Gesund ins Leben

Ein Brei pro Monat: © Netzwerk Gesund ins Leben

Weiterstillen: © Vlad Gansosky / Fotolia

Allergien: © Pavel Losevsky / Fotolia

Selber kochen oder Fertigbrei?

Bubble: © Kuttelvaserova / Fotolia

Pluspunkte fürs Selberkochen: © Naty Strawberry / Fotolia

Pluspunkte für Fertigbreie: © victoria p. / Fotolia

Breistart-Tipps

Bubble: © Vojtech Vlk / Fotolia

Nur Gemüse: © Tomboy2290 / Fotolia

Kleiner, voller Löffel: © Klaus Arras

Gute Sitzposition: © Peter Meyer (BLE)

Geduld mitbringen: © Serhiy Kobayakov / Fotolia.com

Achtsam sein: © Anke Thomass / stock.adobe.com

Check: Reif für Brei?

Bubble: fotolia, Corpis

Ich kann den Kopf gerade halten!: © Peter Meyer (BLE)

Ich will auch euer Essen!: © Monkey Business / Fotolia

Ich möchte das probieren!: © Subbotina Anna / Fotolia

Ich kann schon Brei schlucken!: © Vojtech Vlk / Fotolia

1. Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei

Bubble: © Klaus Arras

Schritt für Schritt

Gemüse putzen und Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden: © Klaus Arras

Mit klein geschnittenem Fleisch oder Fisch in wenig Wasser ca. 10 Minuten garen: © Klaus Arras

Mit Saft pürieren oder Obst als Püree zum Nachtisch geben: © Klaus Arras

Öl unterrühren – fertig! Ist der Brei zu fest, etwas Wasser zugeben: © Klaus Arras

Variation

Gemüse: © Tomboy2290 / Fotolia

Kartoffeln: © Denis Dryashkin / Fotolia

Fleisch, Fisch oder Getreide: © lurs / stock.adobe.com

Öl: © Nikola Bilic / stock.adobe.com

Warum zuerst Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei?: © YsaL / iStock

Satt ist satt!: © Peter Galbraith / Fotolia

Wasser dazu?: © tverdohlib / stock.adobe.com

6. Monat

Weiterstillen bringt's

Bubble: © Vlad Gansosky / Fotolia

Weiterstillen bringt's: © tycoon101 / Fotolia

Brei-Kalkulator

Bubble: © levelzwo

2. Milch-Getreide-Brei

Bubble: © Klaus Arras

Schritt für Schritt:

Bild 1: © Klaus Arras

Bild 2: © Klaus Arras

Bild 3: © Klaus Arras

Bild 4: © Klaus Arras

Zutaten auswählen:

Nimm Vollmilch: © Elena Schweitzer / Fotolia

Am besten Vollkorn: © Klaus Arras

Echter Saft: © matka_Wariatka / Fotolia

Obst am besten roh: © unpict / Fotolia

7. Monat

Stillen und arbeiten?

Bubble: © bella / Fotolia

3. Getreide-Obst-Brei:

Bubble: © Klaus Arras

Schritt für Schritt:

Bild 1: © Klaus Arras

Bild 2: © Klaus Arras

Bild 3: © Klaus Arras

Bild 4: © Klaus Arras

Variation: © unpict / Fotolia

8. Monat

Becher statt Flasche

Bubble: © Colourbox.de / 611159

Becher statt Flasche: © Colourbox.de / 611159

Milch nur Zutat:

Bubble: © Elena Schweitzer / Fotolia

Milch nur Zutat: © Elena Schweitzer / Fotolia

Das gibt's zu trinken:

Bubble: © Stockwerk-Fotodesign / Fotolia

Am besten Leitungswasser: © cdrcom / Fotolia

Fütter-Tipps:

Bubble: © mauritius images / Foodcollection

9. Monat

Krabbeln und Rutschen

Bubble: © dglimages / Fotolia

Heb mich hoch in die Luft: © ant236 / Fotolia

Krabbeln unlimited: © Dron / Fotolia

Raus aus der Wippe: © Claudia Paulussen / Fotolia

Ruhe!: © spass / Fotolia

Sicherheit:

Bubble: © Nicole Effinger / Fotolia

Sicherheit: © Nicole Effinger / Fotolia

10. Monat

Laufen lernen

Bubble: © sborisov / Fotolia

Laufenlernen: © sborisov / Fotolia

Verschlucken vermeiden:

Bubble: Ieva Geneviciene / Fotolia

Verschlucken vermeiden: © Ieva Geneviciene / Fotolia

Abschied vom Brei

Bubble: © Monkey Business / Fotolia

Wann gehts los?: © Flashon Studio / Fotolia

Schritt für Schritt: © YsaL / iStock

Weiterstillen nach Wunsch: © Colourbox.de / 1006998

Mit der Familie essen

Bubble: © Onoky

Tipps fürs Familienessen: © Onoky

11. Monat

Abschied von der Flasche

Bubble: © DLeonis / Fotolia

Hüpfen und Rennen

Bubble: © Dreadlock / Fotolia

Zuhause "turnen": © Deymos.HR / stock.adobe.com

Vorbild sein: © 2xSamara.com / Fotolia

Ausprobieren lassen: © lialucia / Fotolia

Zwischenmahlzeiten

Bubble: © Photoart / Fotolia

Zwei am Tag: © Photoart / Fotolia

12. Monat

Frühstück

Bubble: © Photoart / Fotolia

Frühstück: © Photoart / Fotolia

Mittagessen:

Bubble: © Photoart / Fotolia

Abendessen:

Bubble: © Photoart / Fotolia

Abendessen: © Photoart / Fotolia

Kleinkind:

Icon: © Stiftung Kindergesundheit

Papa-Modus:

Vorteile des Stillens: © Vladimir Badaev / Fotolia

Essens-Fahrplan: © Monkey Business / stock.adobe.com

Menü für Stillmamas:

Bild 1: © Elnur / Fotolia

Bild 2: © pressmaster / Fotolia

Bild 3: © Antonioguillen / stock.adobe.com

Aktiv sein: © Halfpoint / Fotolia

Milch für später: © Africa Studio / Fotolia

Strampeln und spüren:

Bild 1: © Cello Armstrong / adobe.stock.com

Bild 2: © tata99may / adobe.stock.com

Breistart-Tipps: © YakobchukOlena / Fotolia

Stillen und arbeiten?: © Maryna Babych / adobe.stock.com

Krabbeln und Rutschen: © nataliaderiabina / adobe.stock.com

Hüpfen und Rennen: © SasaStock / adobe.stock.com

Partner einladen: © Syda Productions / Fotolia