



Petit pot, conserve, surgelés ? Pour bébé, la **CAROTTE** sera en **PETIT POT**

A l'heure de la diversification alimentaire, il est important de tenir compte de la qualité des premiers aliments non-lactés qui seront donnés à bébé. Mangeant de si petites quantités à chaque repas (quelques cuillères au début), la tentation de lui donner les mêmes aliments que le reste de la famille est grande. Erreur !



Pourquoi les aliments industriels dits « non spécifiques » ne lui conviennent-ils pas ? Pourquoi faut-il privilégier les aliments pour bébés jusqu'à trois ans ? Autant de questions qui trouvent leurs réponses dans les atouts et caractéristiques des aliments pour bébés : une réglementation très stricte qui impose des critères de qualité-sécurité accrus et une composition adaptée aux besoins nutritionnels et physiologiques spécifiques du jeune enfant.

En prenant l'exemple très concret de la carotte, qui fait traditionnellement partie des premiers légumes présentés au bébé, le Syndicat Français des Aliments de l'Enfance (SFAE) répond aux interrogations fréquentes des parents.

L'ALIMENTATION INFANTILE : UNE FABRICATION CONTRÔLÉE



La réglementation des aliments infantiles impose un niveau de sécurité supérieur aux aliments dits « non-spécifiques » du fait de l'immaturation physiologique du nourrisson jusqu'à trois ans. Avec **166**

contrôles de conformité effectués

entre la culture, la sélection et au cours de la fabrication d'un petit pot pour bébé par exemple, **la catégorie des**

aliments de l'enfance est la plus contrôlée et la plus sécurisée du marché alimentaire.

En conséquence, un petit pot de carottes pour bébé est garanti sans conservateur ajouté, sans colorant, ni arôme artificiel* conformément à la réglementation. De plus, contrairement aux aliments courants, ce petit pot de carotte fait l'objet d'une

tolérance quasi nulle en teneurs en pesticides et en nitrates. Cette exigence est obtenue notamment grâce à une agriculture contrôlée soumise à un cahier des charges très strict et à une sélection sévère des matières premières. Ainsi, la carotte sera soumise à plus de 60 contrôles, avant même d'être utilisée dans la recette, pour vérifier sa conformité aux exigences qui lui sont imposées.

Du champ à l'assiette, l'alimentation infantile est encadrée par des cahiers des charges et une réglementation très stricts.

* sauf ethylvaniline



Informations nutritionnelles pour 100 g (moyenne)	Carotte en pot pour Bébé*	Carottes en conserve	Carottes surgelées
Valeurs énergétique et nutritionnelles	123.5 kJ 29.5 kcal	124 kJ 29.5 kcal	100 kJ 24 kcal
Sodium	0.035 g	0.285 g	0.16 g

*Moyenne calculée à partir deux petits pots « carotte » 4 mois spécifique « bébés »

UN APPRENTISSAGE DU GOÛT PROGRESSIF

Sur les conseils du pédiatre qui suit régulièrement l'enfant, la diversification alimentaire pourra commencer à partir de 4/6 mois.

Les aliments sont introduits les uns après les autres dans les repas de bébé. En général, il est recommandé de commencer avec des légumes et des fruits aux saveurs douces pour habituer progressivement le palais de bébé.

La **carotte** est l'un des légumes les mieux adaptés à cette période de diversification alimentaire.

Douce et savoureuse, elle permet alors à bébé de découvrir un nouveau goût et une nouvelle texture. Cette dernière sera adaptée en fonction de chaque âge : texture lisse pour les petits bébés dès 4 mois, moulinée à savourer à la petite cuillère pour les bébés à partir de 8 mois et avec morceaux à partir d'1 an.

Alors carottes en boîte, surgelées ou en petit pot ?

Pour s'assurer de donner une alimentation sur mesure à son bébé, il est recommandé de privilégier les aliments pour bébés. Nutritionnellement adapté, textures et saveurs spécialement élaborées, avec un haut niveau de sécurité, **le petit pot de carottes de bébé réunit toutes les exigences d'une alimentation infantile diversifiée.**

Service de presse SFAE
(Syndicat Français des Aliments de l'Enfance)
Agence Cohn&Wolfe
Alexandra Krebs
Alexandra.krebs@cohnwolfe.com
Tél. : 01 49 70 43 16



Le Syndicat Français des **Aliments**
0-3 ans **de l'Enfance**
www.alimentsenfance.com

Qui sommes-nous ?

Le Syndicat Français des Aliments de l'Enfance (SFAE) regroupe les professionnels de l'alimentation infantile.

Notre métier : concevoir, avec les experts de la nutrition infantile, et fabriquer des aliments « sur mesure » adaptés aux besoins nutritionnels spécifiques du jeune enfant jusqu'à 3 ans.