

COMME  
DES  
PAPAS

DÈS  
12  
MOIS

# LIVRET DÉCOUVERTE

## LES CRACKERS DE FRUITS ET LÉGUMES



Une nouvelle recette à croquer !

SANS GLUTEN !

SANS SUCRE



BIO !

PEU INGRÉDIENTS

# LE CONCEPT DES CRACKERS

- Comme des Papas vous propose un nouveau produit adapté aux jeunes enfants : un encas sain composé de fruits et de légumes.
- Le but est d'inclure ce biscuit dans l'alimentation de bébé pour découvrir les fruits et légumes sous un nouveau jour.
- Et oui, la diversification alimentaire ce n'est pas que le goût, cela passe aussi par la texture !



BIO

## COMPOSITION :

- Fruits,
- Légumes,
- Farine de pois chiches
- Huile de colza

ET C'EST TOUT !

Sans gluten



Sans sucre

Sans sel

## POUR QUI ?

Pour les enfants de **12 mois et plus** qui :

- Peuvent se tenir assis seuls dans une chaise haute,
- Possèdent au moins 2 dents,
- Savent manger un morceau de pain ou des plats avec des petits morceaux.



## QUAND LES CONSOMMER ?

Les crackers peuvent être dégustés à tout moment de la journée:

- Au petit-déjeuner, en complément du lait maternel ou du lait 3e âge si bébé à encore faim,
- Au goûter, ou encore en collation tout au long de la journée.
- Vous pouvez même convier bébé à vos apéritifs, un petit bol de crackers à la place des toasts et cacahuètes ! Et même les grands pourront en profiter !



8,19 KG

C'est le nombre de biscuits et gâteaux consommé par français par an.

## IDÉE GOÛTER

Le goûter est le repas préféré pour **42%** des enfants !

Pourquoi ne pas leurs faire découvrir les différents goûts des crackers Comme des Papas ?

Trempés dans une compote ou accompagnés d'un fruit, les crackers pourront rassasier vos petits tout en stimulant leurs papilles.



# LES CRACKERS DES PAPAS

Découvrez nos quatre saveurs de crackers



Mangue bio (39%), Potiron bio (21%),  
Farine de pois chiche bio,  
Huile de colza bio et rien de plus !

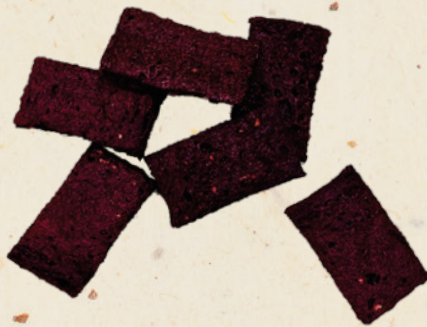


**60%** de fruits et légumes  
dans un cracker



Pomme bio (30%), Patate douce bio (30%),  
Farine de pois chiche bio,  
Huile de colza bio

# LES CRACKERS DES PAPAS



Betterave bio (45%), Purée de framboises bio (19%),  
Farine de pois chiche bio,  
Huile de colza bio

Bio et sans gluten ! <sup>AB</sup>

MIAM



Pomme bio (40%), Courgette bio (14%), Épinard bio (9%)  
Farine de pois chiche bio,  
Huile de colza bio

# QUELS BISCUITS POUR BÉBÉ ?



## DES GÂTEAUX SPÉCIALEMENT CONÇUS POUR BÉBÉ

Avant 2 ans, évitez de proposer des biscuits ordinaires à votre enfant car la composition n'est pas adaptée à bébé. Ils sont souvent très riches en sucres, en graisses et additifs.

La texture est généralement trop dure pour les jeunes enfants ; les biscuits pour bébés peuvent être ramollis dans la bouche, évitant alors les fausses routes et les difficultés à la mastication.



## LE BIO ET LOCAL, UN PLUS !

En donnant l'habitude à bébé de consommer bio et local aussi bien dans ses repas que sous forme de biscuits, vous lui inculquez les valeurs du respect de l'environnement.

- ✂ ⊖ de gaz à effet de serre
- ✂ ⊖ de pesticides
- ✂ ⊕ de respect du bien-être animal = préservation de la planète pour bébé



BIO



# QUELS BISCUITS POUR BÉBÉ ?

## PORTER UNE ATTENTION PARTICULIÈRE À LA COMPOSITION

Les gâteaux destinés aux bébés ne contiennent : pas d'édulcorants, pas de conservateurs, ni de colorants.

Il est important d'avoir le réflexe de lire les étiquettes. Ainsi, privilégiez les listes d'ingrédients courtes avec des produits que l'on retrouve facilement dans sa cuisine.

A cet âge-là, les biscuits sucrés sont à limiter car ils habituent les bébés au goût du sucre qui pourrait avoir des effets néfastes sur leur santé.

## LE SAVIEZ-VOUS ?



Le « sucre » de table désigne le saccharose composé :  
- d'une molécule de glucose  
- d'une de fructose.



## BIEN CHOISIR LES MATIÈRES GRASSES

Privilégiez les biscuits contenant de l'huile de colza, plus intéressante d'un point de vue nutritionnel que l'huile de tournesol, cette dernière ne contenant pas d'oméga 3, indispensables au développement neuronal des tout-petits.





Découvrez les autres produits des papas  
les petits pots salés et sucrés dès 4 mois :

- ✓ Frais,
  - ✓ Bio,
  - ✓ De saison,
  - ✓ Pasteurisé à basse température
- pour conserver au maximum les vitamines et minéraux  
à retrouver sur notre site :

[COMMEDESPPAPAS.FR](https://www.commedespapas.fr)



Découvrez toutes nos idées recettes et nos articles sur l'alimentation  
et le bien-être de bébé sur notre blog :

[blog.commedespapas.fr](https://blog.commedespapas.fr)

Rejoignez nous sur notre compte Instagram, Facebook,  
et Tiktok [@commedespapas](https://www.tiktok.com/@commedespapas)

