Grøt

Nestlé Min Fullkornsgrøt er beregnet for spedbarn fra 6 måneder, og er ideell for å introdusere gluten i barnets kosthold.

Nestlé Min Fullkornsgrøt er aldersspesifikke grøter med ulik konsistens og smak.

Fra 6 måneder



Sinlac Spesialgrøt, 500g, 10 porsjoner



Min Grøt Godnatt, 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Sviske & Eple, 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Bringebær & Banan, 410g, 16 porsjoner



Min Grøt Pære & Banan, 410g, 16 porsjoner

Fra 8 måneder



Min Fullkornsgrøt Godnatt, 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Yoghurt, Pære & Banan, 410g, 16 porsjoner



Min Havregrøt Mango & Banan, 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Eple & Gulrot, 410g, 16 porsjoner

Fra 1-3 år



Min Fullkornsgrøt Godnatt Havre & Rug, 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Eksotiske Frukter, 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Eple & Røde Bær 410g, 16 porsjoner



Min Fullkornsgrøt Quinoa & Banan, 410g, 16 porsjoner

Anvend Nestlé Min Grøt som en del av et balansert og en sunn livsstil. Et faktablad produsert av Nestlé Norge A/S for utdeling under ansvar av helse- og sykehuspersonell.
Telefon 800 80 730 / barnemat@no.nestle.com

Nestlé FamilyNes

Introduksjon av gluten til spedbarn

For å sikre en langvarig toleranse anbefales det å introdusere gluten gradvis når barnet begynner med fast føde*.

Introduser gluten... gradvis!

Kostholdet verden over er basert på kornvarer, som utgjør en viktig kilde til energi, vitaminer og mineraler.

Korn inneholder gluten, et protein som kan forårsake cøliaki. Gluten kan introduseres i babyens kost fra 4-12 måneder. (Szajewska et al. 2016). Forskning har vist at en sen introduksjon av gluten kan være assosiert med økt risiko for cøliaki. Det anbefales derfor å introdusere gluten gradvis og i mindre mengder. (Pinto-Sanchez et al 2016).

Jernberiket fullkornsgrøt - akkurat det barn i vekst behøver

Én porsjon av Nestlés grøt dekker omtrent 28% av det daglige jern-behovet til barnet ditt. Jern er et viktig mineral som bidrar til en normal kognitiv utvikling hos små barn. Nestlés grøt er en god kilde til kalsium og vitamin D og er nødvendig for at barns bein skal vokse og utvikles normalt.

Fullkorn er en viktig del av den norske matkulturen og det er en god kilde til fiber. Nestlé min Fullkornsgrøt inneholder min. 33% fullkorn fra havre, fullkornshvete og rug.

Gluten: hvor finner vi det?

Korn med gluten

- Hvete
- Bygg & Rug
- Havre (hovedsaklig på grunn av kryss-kontaminering)
- Spelt

Glutenfrie korn

- Ris
- Mais
- Bokhvete
- Quinoa



*Delamaire, C., & Noirot, L. (2022, October). Designing the new recommendations on complementary feeding for children up to 3 years of age. Saint Maurice: Santé publique, France. Retrieved 09 19, 2022, from https://www.santepubliquefrance.fr/recherche/#search=delamaire

Delaney, A. L., & Arvedson, J. C. (2008). Development of swallowing and feeding: prenatal through first year of life. Developmental Disabilities Research Reviews, 14, 105-117.

Anvend Nestlé Min Grøt som en del av et balansert og en sunn livsstil. Et faktablad produsert av Nestlé Norge A/S for utdeling under ansvar av helse- og sykehuspersonell.
Telefon 800 80 730 / barnemat@no.nestle.com

09/2026

Nestlé FamilyNes

Et faktablad produsert av Nestlé Norge A/S

For utdeling under ansvar av helse- og sykehuspersonell.

Kontakt: Tlf 800 80 730
E-post: barnemat@no.nestle.com

For mer informasjon, besøk vår hjemmeside:
www.nestlefamilynes.no

...eller skann QR-koden med mobilen din og les mer.

Nestlé FamilyNes