

# **GOJENJE U TRUDNOĆI**

## **PO MESECIMA**



**Prvi trimestar**

**Do 2,5 kg ukupno**

**Drugi trimestar**

**0,5kg nedeljno**

**Treći trimestar**

**0,5kg nedeljno**

**Na kraju trudnoće**

**Poželjno oko 15kg**