


























Menú semanal para bebés de 6 meses

recetas para
mi BEBE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Desayuno	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de maicena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de avena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de maicena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de avena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>
Media mañana	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón
Comida	 <u>Puré de zanahoria</u>	 <u>Puré de calabacín y patata</u>	 <u>Puré de boniato con leche</u>	 <u>Puré de brócoli y patata</u>	 <u>Puré con judías verdes</u>	 <u>Puré de zanahoria</u>	 <u>Puré de calabacín y patata</u>
Merienda	 Leche materna/bibe <u>Compota de manzana</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de multifrutas</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de plátano y manzana</u>	 Leche materna/bibe <u>Compota de manzana</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de plátano y zumo de naranja</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de plátano y aguacate</u>	 Leche materna/bibe <u>Compota de pera</u>
Cena	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de maicena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de avena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de maicena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de avena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>
Noche	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón

★ La leche debe ser su principal fuente de alimento hasta que cumpla 1 año.

★ La lactancia materna seguirá siendo siempre a demanda.

★ En desayuno, merienda y cena, primero la leche y luego la papilla.

★ Los bebés de 6 meses comen muy poco puré/papilla. De 2 a 5 cucharadas