

Menú a partir de 8 meses

Propuesta de menú una vez asegurada la buena tolerancia de los alimentos y los productos descritos.



Asegurar el consumo lácteo diario de acuerdo a las recomendaciones del pediatra e ir disminuyendo la toma a medida que va aumentando la cantidad de alimentación complementaria en su dieta.



Es el momento de introducir el pescado, se recomienda empezar introduciendo la merluza.



Poquito a poco ir introduciendo más variedad de frutas como la frambuesa y las fresas.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Desayuno	NESTUM / NESTLÉ Papilla 5 Cereales ¹	NESTUM / NESTLÉ Papilla 8 Cereales ¹	NESTUM / NESTLÉ Papilla 8 Cereales ¹	Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/NIDINA 2 Premium ³	NESTUM / NESTLÉ Papilla 8 Cereales con galleta ¹	NNESTUM/ NESTLÉ Papilla 5 Cereales ¹	NESTUM / NESTLÉ Papilla 8 Cereales con miel ¹
Comida	Puré de calabacín y patata ²	Puré de calabaza y zanahoria ²	Tarrito Nestlé Jardinera de la huerta con Ternera	Crema de puerros con yema de huevo ²	Puré de sémola con merluza ²	Tarrito Nestlé Naturales BIO Hortalizas con Ternera	Puré de zanahoria ²
Merienda	Bolsita Nestlé 4 Frutas	Manzana troceada	Bolsita Nestlé Manzana y Mango	Tarrito Nestlé Naturales BIO Manzana, Plátano y Pera	Puré de fresa y plátano ²	Crema de melocotón y albaricoque ²	Bolsita Yogolino Manzana y Pera
Cena	Tarrito Nestlé Selección Puré de Verduritas con Pollo	Tarrito Nestlé Cena de Verduritas Selectas con Merluza Pijama	Puré judías verdes y calabacín ²	NESTLÉ Papilla Multicereales Pijama ¹	Tarrito Nestlé Naturales BIO Zanahoria y Boniato	Puré de calabacín y patata ²	Tarrito Nestlé Cena Crema de Verduritas con Pavo Pijama
Antes de dormir*	Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium ³	Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium ³	Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium ³		Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium ³	Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium ³	Leche materna o biberón de NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium ³

*Toma opcional a consultar con su pediatra.

¹ Preparación papillas: 160 ml-190 ml de leche materna o NAN OPTIPRO 2/ NIDINA 2 Premium y de 4 a 5 cucharadas soperas (25-30 g) de cereales NESTUM/NESTLÉ.

² Visitar sección recetas web: www.nestlebebe.es

³ Preparación de un biberón (210 ml): 210 ml de agua con 7 cacitos de NAN OPTIPRO 2/NIDINA 2 Premium

Para cualquier duda consulte con el profesional de la salud.

NOTA IMPORTANTE: La OMS recomienda la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses y debería continuarse durante el mayor tiempo posible. Dado que los bebés crecen a ritmos diferentes, los profesionales de la salud deben aconsejar a los padres el momento apropiado para la introducción de los nuevos alimentos.