

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 para introducir el pescado, una recomendación para probar es 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	NESTLÉ / NESTUM Papilla 5 Cereales ¹	NESTLÉ / NESTUM Papilla 8 Cereales ¹	NESTLÉ / NESTUM Papilla 8 Cereales ¹	Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³ Tarrito NATURNES plátano, manzana y naranja	NESTLÉ / NESTUM Papilla 8 Cereales con galleta ¹	NESTLÉ Papilla 8 Cereales con yogur ¹	NESTLÉ / NESTUM Papilla 8 Cereales con miel ¹
Comida	Crema de puerro y patata ²	Puré de calabaza y zanahoria ²	Tarrito NATURNES Verduritas con pollo y ternera	Crema de patata y tomate con yema de huevo ²	Puré de verduras con pescado ²	Tarrito NATURNES Jardinera de la huerta con ternera	Puré de legumbres ²
Merienda	Bolsita NATURNES 4 frutas	Manzana troceada	IOGOLINO sabor natural	Tarritos NATURNES Merienda frutas selectas con galleta	Puré de fresa y plátano ²	Crema de melocotón y albaricoque ²	Bolsita IOGOLINO plátano y fresa
Cena	Tarrito NATURNES Selección Puré de verduras con pollo	Tarrito NATURNES Cena Verduritas selectas con merluza	Puré judías verdes y calabacín ²	NESTLÉ Leche y Cereales: Pijama con miel	Tarrito NATURNES Selección zanahoria y calabacín con pavo	Puré de calabacín y patata ²	Tarrito NATURNES Selección verduras con pollo a la crema
Antes de dormir*	Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³	Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³	Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³		Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³	Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³	Leche materna o biberón de NIDINA 2/NAN 2 ³

*Toma opcional a consultar con su pediatra.

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

² Visitar sección recetas web: www.nestlebebe.es

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

Para cualquier duda consulte con el profesional de la salud.

NOTA IMPORTANTE: La leche materna es la mejor para los bebés. Antes de utilizar una fórmula infantil conviene consultar a tu profesional de la salud.