

# Menú semanal bebé de 6 meses



	L	M	X	J	V	S	D
Desayuno	Leche materna/ fórmula						
Comida	Puré de Papaya y Arroz	Puré de Patata, Pollo y Brócoli	Puré de Quinoa, Zanahoria y Merluza	Puré de Maíz, Guisantes y Pollo	Puré de Pera, Calabacín y Pollo	Puré de Mijo, Brócoli y Salmón	Puré de Ternera, Calabacín y Quinoa
Merienda	Papilla de Melocotón y Quinoa	Papilla de Naranja, Plátano y Galletas	Papilla de Manzana y Zanahoria	Papilla de Pera, Ciruela y Galletas	Papilla de Melocotón y Ciruela	Papilla de Pera y Uva	Papilla de Pera, Ciruela y Galletas
Cena	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales						

La leche tiene que ser el alimento principal de tu bebé de 6 meses, teniendo que ingerir unos 500 ml al día.

En el desayuno, puedes añadirle cereales a la leche y para almorzar puedes ofrecerle un biberón de leche. Este menú es un ejemplo para darte ideas. Si tienes dudas, consulta con tu pediatra.