

Menú semanal bebé de 6 meses



	L	M	X	J	V	S	D
Desayuno	Leche materna/ fórmula	Leche materna/ fórmula	Leche materna/ fórmula	Leche materna/ fórmula	Leche materna/ fórmula	Leche materna/ fórmula	Leche materna/ fórmula
Comida	Puré de Calabaza y Patata	Puré de Batata y Pollo	Puré de Arroz, Calabaza y Pollo	Puré de Arroz, Calabacín y Pollo	Puré de Arroz, Calabaza y Pavo	Puré de Ternera, Calabacín y Quinoa	Puré de Ternera, Brócoli y Patatas
Merienda	Papilla de Naranja y Plátano	Papilla de Manzana y Pera	Papilla de Mango, Plátano y Avena	Papilla de Manzana y Zanahoria	Papilla de Naranja, Plátano y Galletas	Papilla de Pera y Uva	Papilla de Pera, Ciruela y Galletas
Cena	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales	Leche materna/ fórmula o Papilla de cereales	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.