

# 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 Brócoli y Salmón	Puré de Pollo, Calabaza y Quinoa	Puré de Ternera, Calabacín y Quinoa	Puré de Pavo, Calabaza y Arroz	Puré de Mijo, Calabaza y Pollo	Puré de Merluza, Guisantes y Patatas	Puré de Quinoa, Zanahoria y Pollo
Merienda	Papilla de Fresas y Plátano	Papilla de Naranja, Plátano y Galletas	Papilla de Manzana y Pera	Papilla de Melocotón y Ciruela	Papilla de Manzana y Zanahoria	Papilla de Sandía y Plátano	Papilla de Pera y Uva
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, siendo 500 ml al día como mínimo.

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.