













































Menú semanal para bebés de 7 meses

recetas para
mi BEBE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Desayuno	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de trigo</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de maicena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de pan</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de sémola</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de avena</u>
Media mañana	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón
Comida	 <u>Puré de lentejas rojas con calabaza</u>	 <u>Puré de calabacín y patata</u>	 <u>Puré de verduras con pollo</u>	 <u>Puré de brócoli y patata</u>	 <u>Puré de guisantes con jamón cocido</u>	 <u>Puré de verduras con lenguado</u>	 <u>Puré de pollo, arroz y verduras</u>
Merienda	 Leche materna/bibe <u>Compota de manzana</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de multifrutas</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de plátano y manzana</u>	 Leche materna/bibe <u>Crema de arroz con kiwi</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de plátano y zumo de naranja</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de plátano y aguacate</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de manzana y zanahoria</u>
Cena	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de trigo</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de maicena</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de pan</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de arroz</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de sémola</u>	 Leche materna/bibe <u>Papilla de avena</u>
Noche	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón	 Leche materna o biberón

★ La leche debe ser su principal fuente de alimento hasta que cumpla 1 año.

★ La lactancia materna seguirá siendo siempre a demanda.

★ En desayuno, merienda y cena, primero la leche y luego la papilla.

★ Algunos bebés de 7 meses ya no hacen la toma nocturna y duermen del tirón