

RECETARIO NUTRITIVO PARA SUS PRIMEROS BOCADOS (6 A 23 MESES)



"El amor en cada bocado crea hábitos que duran toda la vida"



Recetario nutritivo para sus primeros bocados

Este recetario ha sido elaborado para acompañar a las familias durante el proceso de alimentación complementaria del bebé, desde los 6 hasta los 23 meses.

Incluye recetas adaptadas a cada etapa, con texturas, sabores e ingredientes adecuados para favorecer el desarrollo del gusto, la masticación y la aceptación de nuevos alimentos.

Cada preparación está pensada para aportar los nutrientes esenciales que el bebé necesita, como hierro, proteínas, vitaminas y minerales, con combinaciones suaves, seguras y fáciles de preparar. Un material práctico, nutritivo y lleno de color que busca hacer del momento de comer una experiencia positiva y saludable para toda la familia.

ÍNDICE:

I. Recetas para niños 6 a 8 meses

- Purecito verde
- Papilla de quinua con verduras
- Zapallito feliz
- Purecito moreno
- Mazamorra primaveral
- Mazamorra de zanahoria
- Suavecito de hígado

II. Recetas para niños de 9 a 11 meses

- Hígado primaveral
- Ajiaco a la jardinera
- Zapallito con chispas
- Fideos a la morenada
- Espesito de hígado
- Picado de sangrecita
- Sudadito de pescado

III. Recetas para niños de 12 a 23 meses

- Mix de verduras
- Solterito de lentejitas
- Tortilla brillante
- Fiesta de verduras
- Hígado en salsa verde
- Olluquito con hígado de pollo
- Trigo a la jardinera con hígado de pollo