

Nombre del centro de cuidado infantil: \_\_\_\_\_

## Menú tradicional para bebés (Standard Infant Menu)

En este centro se ofrecen las siguientes fórmulas para bebés fortificadas con hierro:

A base de leche: \_\_\_\_\_

A base de soya: \_\_\_\_\_

Nota: Se ofrece leche materna, cuando la suministra la madre.

### Nacimiento a 5 meses

#### Desayuno, almuerzo/cena y merienda:

Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro:

### 6 a 11 meses

#### Desayuno y almuerzo/cena:

Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro:

**\*Uno o más de los siguientes componentes:**

- Cereal infantil (cereal infantil deshidratado mezclado con leche materna o fórmula)
- Variedad de carnes rojas y de aves (cocinadas sin condimentos o de envase)
- Pescado (cocinado sin condimentos y sin espinas)
- Huevo entero
- Frijoles/guisantes deshidratados cocinados (cocinados sin condimentos)
- Queso convencional (simple, en rodajas o tiras finas)
- Queso Cottage
- Yogur

**\*Variedad de vegetales y frutas:**

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| Zanahorias       | Puré de manzana |
| Judías verdes    | Bananos         |
| Vegetales mixtos | Frutas mixtas   |
| Guisantes        | Duraznos        |
| Papas/batata     | Peras           |
| Calabaza         |                 |

#### Merienda:

Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro:

**\*Uno o más de los siguientes componentes:**

- Pan (pedazos pequeños de pan blando o tostado)
- Galletas (pedazos pequeños de galletas simples sin sal o galletas de dentición)
- Cereal infantil (cereal infantil deshidratado mezclado con leche materna o fórmula)
- Cereal listo para consumir (por ejemplo, Cheerios, Chex)

**\*Variedad de vegetales o frutas:**

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| Zanahorias       | Puré de manzana |
| Judías verdes    | Bananos         |
| Vegetales mixtos | Frutas mixtas   |
| Guisantes        | Duraznos        |
| Papas/batata     | Peras           |
| Calabaza         |                 |

\*Se requiere una porción de estos componentes cuando el bebé esté listo para aceptarlos, de acuerdo con su desarrollo.

Nota: Este menú se basa en el NUEVO *Patrón de comidas para bebés*.