



Menú - 8 meses hasta 11 meses

Nombre del Niño: _____ Fecha de Nacimiento: _____ Edad en Meses: _____

Para la semana de: _____

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
Desayuno	Porción	Desayuno	Porción	Desayuno	Porción	Desayuno	Porción	Desayuno	Porción
Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.
Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.
Frutas y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	Frutas y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	Frutas y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	Frutas y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	Frutas y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.
Tipo:		Tipo:		Tipo:		Tipo:		Tipo:	
Almuerzo	Porción	Almuerzo	Porción	Almuerzo	Porción	Almuerzo	Porción	Almuerzo	Porción
Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.	Formula 1 o Lecha Materna 2-3 y Cereal Infantil 1	6 - 8 fl. oz.
Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.	Tipo:	2 - 4 Tbsp.
y/o Carne, Pescado, Pollo, Yema de Huevo, Frijoles Secos Cocinados, Chicharos o Queso o Requesón, Alimentos de Queso o Queso Crema	1 - 4 Tbsp.	y / o Carne, Pescado, Pollo, Yema de Huevo, Frijoles Secos Cocinados, Chicharos o Queso o Requesón, Alimentos de Queso o Queso Crema	1 - 4 Tbsp.	y / o Carne, Pescado, Pollo, Yema de Huevo, Frijoles Secos Cocinados, Chicharos o Queso o Requesón, Alimentos de Queso o Queso Crema	1 - 4 Tbsp.	y / o Carne, Pescado, Pollo, Yema de Huevo, Frijoles Secos Cocinados, Chicharos o Queso o Requesón, Alimentos de Queso o Queso Crema	1 - 4 Tbsp.	y / o Carne, Pescado, Pollo, Yema de Huevo, Frijoles Secos Cocinados, Chicharos o Queso o Requesón, Alimentos de Queso o Queso Crema	1 - 4 Tbsp.
Tipo:	1/2 - 2 oz.	Tipo:	1/2 - 2 oz.	Tipo:	1/2 - 2 oz.	Tipo:	1/2 - 2 oz.	Tipo:	1/2 - 2 oz.
Tipo:	1 - 4 Tbsp.	Tipo:	1 - 4 Tbsp.	Tipo:	1 - 4 Tbsp.	Tipo:	1 - 4 Tbsp.	Tipo:	1 - 4 Tbsp.
y Fruta y/o Verdura	1 - 4 Tbsp.	y Fruta y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	y Fruta y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	y Fruta y / o Verduras o Vegetales	1 - 4 Tbsp.	y Frutas y / o Verdura o Vegetales	1 - 4 Tbsp.



Menú - 8 meses hasta 11 meses

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
Merienda	Porción	Merienda	Porción	Merienda	Porción	Merienda	Porción	Merienda	Porción
Fórmula 1 o Leche Materna 2-3 o Jugo de fruta 5	2 -4 fl. oz.	Fórmula 1 o Leche Materna 2-3 o Jugo de fruta 5	2 -4 fl. oz.	Fórmula 1 o Leche Materna 2-3 o Jugo de fruta 5	2 -4 fl. oz.	Fórmula 1 o Leche Materna 2-3 o Jugo de fruta 5	2 -4 fl. oz.	Fórmula 1 o Leche Materna 2-3 o Jugo de fruta 5	2 -4 fl. oz.
Tipo:		Tipo:		Tipo:		Tipo:		Tipo:	
Opcional: Pan 4,6 o Galletas 4,6	0 1/2 0-2	Opcional: Pan 4,6 o Galletas 4,6	0 1/2 0-2	Opcional: Pan 4,6 o Galletas 4,6	0 1/2 0-2	Opcional: Pan 4,6 o Galletas 4,6	0 1/2 0-2	Opcional: Pan 4,6 o Galletas 4,6	0 1/2 0-2
Tipo:		Tipo:		Tipo:		Tipo:		Tipo:	

La porción es la cantidad **mínima** que debe ofrecerse, los infantes o bebés deben ser alimentados cuando lo pidan. Ofrezca más fórmula o la leche materna y con más frecuencia, si es necesario. Introduzca nuevos alimentos sólo si consulta con los padres; si es necesario, consulte con el médico del bebé o dietista del programa. Registre cada alimento que le da al bebé, las cantidades, y los horarios de alimentación en el Registro de Actividad Infantil Diaria. La primera vez que se de un alimento, circule ese alimento en rojo en el registro. Si se desarrolla una reacción, esto hará más fácil identificar el alimento que no le cae bien.

- (1) La fórmula infantil, cereal infantil seco debe ser fortificado con hierro.
- (2) Se recomienda que se sirva la leche materna en lugar de fórmula de nacimiento hasta los 11 meses.
- (3) Para algunos bebés que amamantan, consumen con regularidad menos de la cantidad mínima de leche materna en cada alimentación, se les puede ofrecer una porción menor que la cantidad mínima de leche materna, si el bebé todavía tiene hambre, le puede ofrecer leche materna adicional.
- (4) Una porción de este componente será opcional.
- (5) Jugo de fruta no será diluido sino completo
- (6) El pan y alternativas de pan debe ser de trigo integral o hecho con trigo o harina fortificada.