



Gerber®

# Plan de menús Gerber®



a partir  
**6** meses

Material de orientación alimentaria para ser distribuido por el profesional de la salud.  
La lactancia materna debe ser exclusiva hasta los 6 meses y continuar por el mayor tiempo posible luego de iniciada la alimentación complementaria.

Por tu bebé,  
todo

a partir  
**6** meses

A partir del sexto mes, es importante que junto con la leche materna se integren nuevos alimentos a la dieta de los pequeños.



Gerber



Recuerda que la integración de variedad de alimentos desde etapas tempranas, ayudará a brindar una experiencia más completa a tu peque.

~650 kcal



Menús

1

### Desayuno

- Leche materna 177.4 ml
- Cereal Gerber® 4 cereales Etapa 2 15 gr

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Comida

- Papilla Gerber® de Verduras res y arroz Etapa 2 1 Frasco
- Bebida hidratante Gerber® Coco Etapa 2 1 Frasco

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Cena

- Cereal Gerber® 4 cereales Etapa 2 15 gr
- Leche materna 177.4 ml

2

### Desayuno

- Leche materna 177.4 ml
- Cereal Gerber® 4 cereales Etapa 2 15 gr

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Comida

- Papilla Gerber® de Verduras pollo y pasta 1 Frasco
- Espinacas molidas 1/4 de taza

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Cena

- Papilla Gerber® Frutas tropicales Etapa 2 1 Frasco
- Leche materna 177.4 ml

3

### Desayuno

- Leche materna 177.4 ml
- Papilla Gerber® de Ciruela pasa Etapa 2 1 Frasco

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Comida

- Papilla Gerber® de Verduras con res y arroz Etapa 2 1 Frasco
- Bebida hidratante Gerber® Mango Etapa 2 1 Frasco

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Cena

- Cereal Gerber® Arroz/Avena Etapa 2 15 gr
- Leche materna 177.4 ml

4

### Desayuno

- Leche materna 177.4 ml
- Papilla Gerber® de Ciruela pasa Etapa 2 1 Frasco

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Comida

- Papilla Gerber® de Verduras pollo y arroz Etapa 2 1 Frasco
- Calabacita machacada 1/4 de taza

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Cena

- Papilla Gerber® de Manzana Etapa 1 1 Frasco
- Leche materna 177.4 ml

5

### Desayuno

- Leche materna 177.4 ml
- Cereal Gerber® 4 cereales Etapa 2 15 gr

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Comida

- Papilla Gerber® de Verduras con pollo y pasta Etapa 2 1 Frasco
- Chayote machacado 1/4 de taza

### Colación

- Leche materna 177.4 ml

### Cena

- Cereal Gerber® Avena Etapa 1 15 gr
- Leche materna 177.4 ml

a partir  
**6** meses

# Tips para la alimentación de tu pequeño

## Cereales

Los cereales Gerber® le aportarán granos selectos a la dieta de tu pequeño, puedes ofrecerlos como parte de su plato, en el desayuno y la cena.

¡Utiliza leche materna o la leche recomendada por tu profesional de la salud!

**Tip**

Si tu pequeño rechaza algún alimento, no dejes de ofrecerlo, recuerda que está en un proceso de aprendizaje y puede llevar hasta 8-12 intentos para que lo acepte.

## Papilla de fruta y verduras

Gerber® cuenta con papillas de frutas, verduras y combinaciones de diferentes grupos de alimentos que puedes incluir en cualquier tiempo de comida



## Papilla Frutas

A la hora de la comida puedes optar por ofrecer una comidita Gerber® o bien mezclar papilla casera de pollo o res con una papilla Gerber® de verduras para dar variedad a la dieta de tu pequeño

## Papilla sopitas

Las sopitas Gerber® pueden ser una opción diferente para complementar la comida de tu pequeño.



Recuerda respetar las señales de hambre y saciedad de tu pequeño, así tú controlas qué darle pero él/ella controla cuánto come.

**Tip**

## Bebida

Las bebidas Gerber® en esta etapa aportan un toque de fruta a la dieta de tu pequeño.

**Tip**

Permite que tu pequeño experimente con sus alimentos antes de metérselos en la boca, esto le ayudará a conocerlos y aceptarlos mejor



Material de orientación alimentaria para ser distribuido por el profesional de la salud.

La lactancia materna debe ser exclusiva hasta los 6 meses y continuar por el mayor tiempo posible luego de iniciada la alimentación complementaria.