



Gerber.

El Menú para tu bebé

Cuida la alimentación de tus pequeños

12 meses

Nombre:

Edad:

Peso:

Talla:



Desayuno



Colación



Comida



Colación



Cena

Alimentos



Verduras 1/2 taza

Zanahoria
Chayote
Brócoli
Ejotes
Calabaza
Espinacas

Frutas 1/4 taza

Plátano
Melón
Papaya
Guayaba
Uva
Sandía
Tuna
Mandarina
Naranja

Cereal 1/4 taza

Arroz
Avena
Trigo
Centeno
Cebada
Maíz
Amaranto
Papa

Productos Gerber® le ofrece...



Frutas 1/4 taza

Pouch Gerber® Pera Plátano durazno
Pouch Gerber® Mango
Pouch Gerber® Durazno
Pouch Gerber® Manzana
Pouch Gerber® Pera
Pouch Gerber® Pera Mango
Pouch Gerber® Manzana guayaba
Pouch Gerber® Frutas Mixtas
Pouch Gerber® Cocktail de frutas
Pouch Gerber® Manzana Mango
Pouch Gerber® Delicia de Frutas
Cereal Gerber® Trigo/miel

Cereal 3 cucharaditas

Notas:

Material para padres para su distribución únicamente por profesionales de la salud.
GBR-MSG-12M



La lactancia materna es lo mejor para los bebés y deberá continuarse por el mayor tiempo posible.

Carne 1/4 taza
Leguminosas 1/4 taza
Lácteos

Alimentos					
Queso					
Yogurt Natural					
Leche*					
Frijol					
Haba					
Garbanzo					
Chícharo					
Lentejas					
Alubias					
Pollo					
Res					
Ternera					
Pavo					
Cerdo					
Hígado					
Pescado					
Huevo					

No olvidemos hidratar con agua a nuestro bebé.

Recomendaciones:

- *Continuar con lactancia materna o en su caso con la Formula Infantil recomendada.
- Incorporar al bebé a la dieta familiar. Se recomienda ofrecer 3 tiempos de comida y 2 colaciones con Snacks saludables.
- Ofrecer alimentos con trozos para continuar con la estimulación y aprendizaje de la masticación.
- En esta etapa se recomienda el consumo de todos los grupos de alimentos, para tener mayor variedad en la dieta del bebé.
- Mantener la correcta hidratación, se puede ofrecer agua natural y otras bebidas complementarias que no contengan azúcar de mesa añadida ni edulcorantes.



¡Escanea los códigos y conoce más!

Conoce y adquiere los productos

Conoce recetas de preparación

Bebidas complementarias
Snacks 1/4 taza
Sugerencia para comidas

Productos Gerber® le ofrece...					
Bebida hidratante Gerber® Uva					
Bebida hidratante Gerber® Pera					
Bebida hidratante Gerber® Manzana					
Bebida hidratante Gerber® Mango					
Bebida hidratante Gerber® Manzana Guayaba					
Bebida hidratante Gerber® Piña Naranja					
Cereal Gerber® Puffs® Plátano Naranja					
Cereal Gerber® Puffs® Mora Azul					
Cereal Gerber® Puffs® Plátano					
Cereal Gerber® Puffs® Manzana Fresa					
Cereal Gerber® Puffs® Durazno					
Primeras Galletitas Gerber®					
Papilla Gerber® Verduras, Res y Arroz					
Papilla Gerber® Verduras, Res y pasta					
Papilla Gerber® Verduras, Pavo y Arroz					
Papilla Gerber® Verduras, Pollo y Papa					

Notas:

Material para padres para su distribución únicamente por profesionales de la salud.
GBR-MSG-12M

