

Alimentación Complementaria

6 a 8 meses

A partir de los 6 meses, además de la lactancia materna inicie a darle otros alimentos, porque el cuerpo de su niña o niño ya está listo.

Dele comidas machacadas, suaves y espesas.

Dele güicoy cocido, zanahoria cocida, banano, yema de huevo, frijoles machacados, tortilla.

9 a 11 meses

Dele pecho y luego sus comidas 3 veces al día agregando 1 refacción.

A esta edad puede darle pollo, hígado, carne de res en pedacitos.

Dele de comer en su propio plato y cucharita.

1 a 2 años

A esta edad todos los niños y niñas pueden comer lo mismo que el resto de la familia.

Primero dele su comida y luego el pecho.

Dele pecho por lo menos hasta los dos años de edad sin dejarle de dar sus alimentos 5 veces al día.



Impreso en Serviprensa, S. A. PBX: 2245-8888

ALIANZA
Unidos por el
Desarrollo Rural

