



Un día con WIC

Plan de comidas para tu bebé de más de 8 meses



Bebé que
gatea

Más de 8 meses

Desayuno	Leche materna o fórmula 4 fl oz			Avena con cereales de Gerber® 4 cdas.			1 huevo grande revuelto, picado fino
Bocadillo a mitad de la mañana	Leche materna o fórmula 4 fl oz			Chícharos verdes de Gerber® 2nd Foods®			Pasta cocida Penne o rigatoni que se pueden mojar en puré de chícharos verdes. 4 o 5 porciones
Almuerzo	Leche materna o fórmula 4 fl oz			Hummus 1/4 de taza			Banana de Gerber® 2nd Foods® Mezclar con hummus para obtener una textura y un sabor nuevos.† 1 o 2 cdas.
Bocadillo para después del mediodía	Leche materna o fórmula 4 fl oz			Calabaza moscada de Gerber® 2nd Foods®			Tiras de tostadas francesas de pan integral*
Cena	Leche materna o fórmula 4 fl oz			Manzana y arándanos silvestres de Gerber® Organic 2nd Foods®			1 frasco
Alimentación nocturna	Leche materna o fórmula 4 fl oz						

* Enlace a las recetas: www.gerber.com/parenttalk/banana-french-toast-sticks

† Inspiración: www.passmeaspoon.com/banana-bread-hummus

Ten en cuenta: Las cantidades indicadas son aproximadas y los padres o cuidadores deben alimentar al bebé de manera responsable, prestando atención a las señales de hambre y saciedad. Todas las marcas comerciales son propiedad de Société des Produits Nestlé S.A., Vevey, Suiza o se usan con permiso. © 2025 Nestlé.