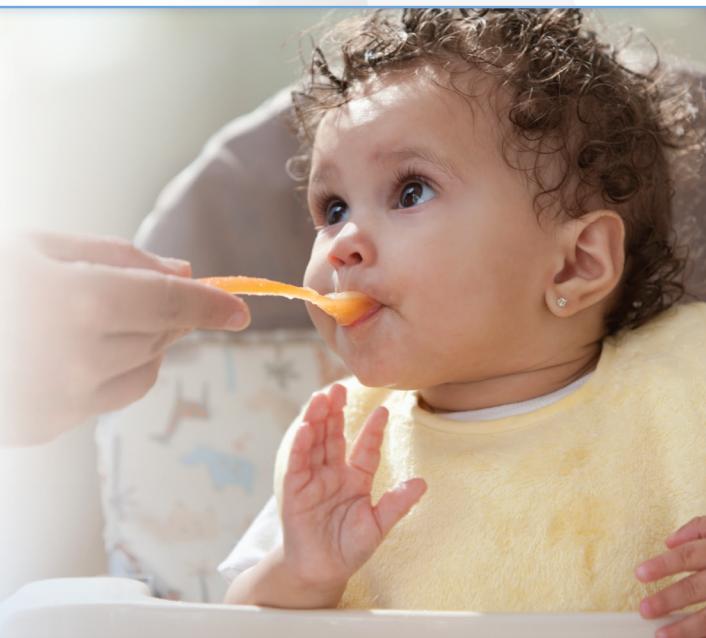


# El hierro en el cereal infantil promueve la capacidad de aprendizaje y el desarrollo del cerebro

**El cereal infantil es un primer alimento ideal y una fuente importante de hierro durante todo el primer año de vida del bebé**

- ✓ La cantidad de bebés que no consumen el hierro necesario en la dieta está en aumento<sup>1</sup>.
- ✓ El cereal infantil fortificado con hierro que da WIC ayuda a asegurar que los bebés obtengan suficiente hierro, especialmente a los bebés amamantados<sup>2</sup>.
- ✓ Los bebés amamantados total y parcialmente, que no comen cereal infantil, pueden no consumir suficiente hierro<sup>3</sup>.



**Agregue la nutrición del cereal infantil a recetas fáciles para bebés mayores (9 meses en adelante)**

## Panqueques de melocotón y yogur



$\frac{1}{4}$  de taza de Gerber® MultiGrain Cereal (cereal multigranos) o cereal de avena  
 $\frac{1}{4}$  de taza de harina para todo uso  
 $\frac{1}{4}$  de cucharadita de polvo de hornear  
 $\frac{1}{4}$  de cucharadita de bicarbonato de sodio

1 envase (3.5 oz) de yogur natural o de vainilla  
 $\frac{1}{2}$  recipiente de 4 oz de Gerber® 2nd Foods® Peach (alimento de segunda etapa de melocotón)  
1 huevo grande  
 $\frac{1}{4}$  de taza de agua

BATA el cereal, la harina, el polvo de hornear y el bicarbonato de sodio en un tazón mediano. Agregue el yogur, los melocotones, el huevo y el agua y mezcle bien.

ROCÍE un sartén grande con aerosol antiadherente para cocinar y caliente a fuego medio-bajo. Vierta  $1\frac{1}{2}$  cucharadas de masa en el sartén caliente para cada panqueque. Cocine 2 o 3 minutos o hasta que empiecen a formarse burbujas; dele vuelta al panqueque y cocine otros 2 o 3 minutos o hasta que se doren.

CORTE los panqueques en trozos pequeños y sirva con Gerber® 2nd Foods® Peach (alimento de segunda etapa de melocotón) encima del panqueque o permita que su bebé sumerja el panqueque en el puré de melocotón.



Porciones: 1 o 2 panqueques para bebés de 9 a 11 meses. Cantidad por porción: la receta rinde aproximadamente 16 panqueques pequeños. Nutrición por cada panqueque: calorías 25, grasa 0.5 g, proteína 1 g, carbohidratos 4 g, azúcares 2 g (incluye 0 g de azúcar agregado), sodio 35 mg, 5% del valor diario de hierro, 8% del valor diario de calcio.

### ¡Estamos despiertos cuando usted lo está!

Obtenga apoyo de expertos en nutrición, sueño y lactancia las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

[www.gerber.com/mygerber-baby-expert](http://www.gerber.com/mygerber-baby-expert)



WIC es una marca de servicio registrada del Departamento de Agricultura de EE. UU. para el Programa Especial De Nutrición Suplementaria de USDA Para Mujeres, Bebés Y Niños (WIC).

Fuentes: 1. Eldridge A. et al Journal of Nutrition 2019.  
2. Finn K. et al Nutrients 2017. 3. Finn K. et al American Society for Nutrition 2019.

Todas las marcas comerciales son propiedad de Société des Produits Nestlé S.A., Vevey, Suiza o se usan con permiso. ©2025 Nestlé.