

## ALIMENTACIÓN DE 5 A 6 MESES

Se continuará con igual número de tomas (unas 5 al día)

Si toma LECHE MATERNA continuará igual y sustituirá una toma de la tarde por PAPILLA DE FRUTA

Si toma LACTANCIA ARTIFICIAL con CEREALES SIN GLUTEN, se continuará igual y se complementará una toma de la tarde con la PAPILLA DE FRUTAS, se ofrecerá primero la papilla y después la toma de leche si no se hubiese saciado.

### PREPARACIÓN DE LA PAPILLA DE FRUTAS

Ingredientes: Plátano, manzana, zumo de naranja, inicialmente prepararla sólo con zumo de naranja, que ya habrá probado con anterioridad, y manzana, a los 5-7 días añadir el plátano.

Usar fruta madura y pelada.

Se pasa por la batidora y no añadir nunca, ni azúcar, ni miel, ni leche condensada.

La galleta no se debe añadir nunca hasta que se inicie la introducción de los cereales con gluten.

Los primeros días, se puede calentar un poco al baño maría para que se acostumbre al sabor.

A los 5 meses y medio, se puede añadir pera

Las otras frutas (fresas, melocotón, kiwis, etc.), con mayores posibilidades de producir alergias, no es recomendable darlas antes del año de vida