

Planificador de comidas De los 7 a los 9 meses

	Toma temprana	Media mañana	Comida	Merienda	Cena	Cena
Lunes	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con puré de plátano	Leche materna y/o en polvo con puré de berenjenas	Leche materna o en polvo	Pisto para bebés	Leche materna o en polvo
Martes	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con puré de patata y pera	Leche materna y/o en polvo con puré de chirivía	Leche materna o en polvo	Puré de zanahoria, coliflor, espinaca y queso	Leche materna o en polvo
Miércoles	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con verduras con crema	Leche materna y/o en polvo con puré de batata	Leche materna o en polvo	Restos de pavo y puré de patata	Leche materna o en polvo
Jueves	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con queso con coliflor	Leche materna y/o en polvo con puré de pera	Leche materna o en polvo	Estofado de ternera con puré de zanahorias	Leche materna o en polvo
Viernes	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con puré de batata y aguacate	Leche materna y/o en polvo con puré de zanahoria y nabo	Leche materna o en polvo	Pollo con puré de maíz y pera	Leche materna o en polvo
Sábado	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con risotto de queso y calabaza	Leche materna y/o en polvo con puré de mango	Leche materna o en polvo	Estofado de pollo asado y verduras	Leche materna o en polvo
Domingo	Leche materna o en polvo	Arroz o cereal infantil con un plato sencillo de pollo y plátano	Leche materna y/o en polvo con batata y manzana	Leche materna o en polvo	Sopa de verduras de raíz	Leche materna o en polvo