

Para mamãs e bebés | Pequenos-Almoços e Lanches

Batido de Pera Maçã Banana

10 min. | Fácil | Económico | 1 doses

Ingredientes

1/2 banana

1 Copinho NESTLÉ Maçã Pera

2 c. medida de pó do leite infantil do bebé

60 ml de água mineral ou de nascente adequada para bebés

Informação nutricional

Energia	230,0 kcal	12%*
Proteínas	3,6 g	7%*
Lípidos	6,4 g	9%*
Hidratos de Carbono	39,0 g	15%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Preparar 60ml de leite infantil habitual do bebé (2 colheres-medida de pó com 60ml água).
2. Descasca a banana e corta-a em rodelas.
3. No liquidificador, mistura as rodelas de banana, com o copinho NESTLÉ Pera Maçã e o leite infantil previamente preparado. Pronto a servir ao bebé.
4. Sugestão: Podes variar os sabores usando outras variedades de copinhos NESTLÉ.
5. A introdução de alimentos novos na alimentação do bebé deve respeitar o aconselhado pelo respetivo Pediatra.