

Para mamãs e bebés | Pequenos-Almoços e Lanches

Frutas Macias

10 min. | Fácil | Económico | 1 doses

Ingredientes

1/4 de banana (cerca de 60g)

1 copinho NESTLÉ Maçã Banana (100g)

2 c. medida de pó do leite infantil do bebé

60 ml de água mineral ou de nascente adequada para bebés

Informação nutricional

Energia	248,5 kcal	12%*
Proteínas	4,0 g	8%*
Lípidos	6,5 g	9%*
Hidratos de Carbono	43,2 g	17%*

*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 Maçã Banana e o leite infantil previamente preparado.
4. Nota: Pode ser uma opção para colocar no biberão.
5. A introdução de alimentos novos na alimentação do bebé deve respeitar o aconselhado pelo respetivo Pediatra.