



Para mamãs e bebês

Sobremesas

Geladinhos de Fruta

🕒 10 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 3 doses

Ingredientes

- 1 morango às rodelas
- 1 Copinho de fruta NESTLÉ 7 Frutos
- 2 Yogolinos Naturais

Informação nutricional

| | | |
|----------------------------|-----------|-----|
| Energia | 48,6 kcal | 2%* |
| Proteínas | 1,2 g | 2%* |
| Lípidos | 1,2 g | 2%* |
| Hidratos de Carbono | 7,8 g | 3%* |

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

Preparação

- 1 Usar formas de gelado individuais (com pauzinho).
- 2 Juntar um Yogolino Natural numa forminha com rodelas de morango - faz um gelado.
- 3 Dividir o outro Yogolino Natural por 2 forminhas e completar na base com o copinho de fruta - faz 2 gelados.
- 4 A introdução de alimentos novos na alimentação do bebé deve respeitar o aconselhado pelo respetivo Pediatra.