

UNIVERSIDAD
DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA

INMUNOALERGIAS

DR. PERÉZ AGUILAR ANTONIO
DE JESUS.

KAREN ALEJANDRA
MORALES MORENO.

ALIMENTOS EN EL LACTANTE

EDAD	ALIMENTOS	FRECUENCIA Y CONSISTENCIA
0-6 Meses	Lactancia materna exclusiva. !	- A libre demanda - Consistencia líquida.
6-7 Meses	- Carne (ternera, pollo, pavo, res, virgado). - Frutas y verduras - Cereales (arroz, maíz, trigo, avena, amaranto, tarrilla, pan, galletas, pastas).	- 2 a 3 veces al día. - Consistencia Puré o papillas.
7-8 Meses	Leguminosas (frijol, garbanzo, haba, lenteja)	- 3 veces al día - Alimentos machacados.
8-12 Meses	Derivados de la leche (queso, yogurth, crema).	- 3 veces al día. - Consistencia Picaditos finos o trocitos
>12 Meses	Frutas cítricas, incorporación a dieta familiar.	- 4-5 veces al día. - Trocitos pequeños.