

[Inicio](#) > Proveerles de micronutrientes diariamente

Share this Artículo

X



## Proveerles de micronutrientes diariamente

Todos los días le das a tu bebé 3 comidas y 1 o 2 snacks.

<https://www.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariam...> [1]

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## Proveerles de micronutrientes diariamente

(1 opinión)

**Todos los días le das a tu bebé 3 comidas y 1 o 2 snacks.**

Jueves, Septiembre 10th, 2020

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartir](#)

Eso son 4 o 5 platos en donde puedes darle a tu bebé en crecimiento todos los micronutrientes que necesita para crecer y desarrollarse saludablemente.

No tienes que preocuparte, una vez que aprendas, no es tan difícil de hacer. ¡Aquí hay algunos consejos!

Sabiendo que la pancita de tu bebé sólo puede contener cierta cantidad de comida, asegúrate de que lo que le das no sean "calorías vacías", por el contrario, ofrécele una gran cantidad de micronutrientes en una pequeña porción. La carne de vaca y el brócoli son muy buenas fuentes de hierro - se puede moler la carne en una salsa de pasta de tomate. La salsa roja contiene vitamina C, que ayuda al cuerpo de tu bebé a absorber el hierro presente en la carne.

El desayuno es la oportunidad perfecta para darle a tu bebé la mitad de su ingesta de hierro diaria\* en un pequeño plato de cereal. Cereales para bebés de Nestlé fortificados con hierro como Cerelac, con vitamina C para mejorar la absorción de hierro, son una manera deliciosa para que tu bebé empiece el día.

No solo Hierro, Hi

**Hierro. Los bebés no podrían vivir sin él.** <sup>[1]</sup>

Image not found or type un

\* Valor de referencia del etiquetado

[Leer más](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origen:** <https://www.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariamente>

#### Enlaces

[1] <https://www.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariamente>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariamente&media=https://www.nestlebabyandme.com.pe/sites/default/files/styles/thumbnail/public/2\\_0.jpg&description=Proveerles de micronutrientes diariamente](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariamente&media=https://www.nestlebabyandme.com.pe/sites/default/files/styles/thumbnail/public/2_0.jpg&description=Proveerles de micronutrientes diariamente)

[3] <https://twitter.com/share?text=Proveerles%20de%20micronutrientes%20diariamente&url=https%3A%2F%2Fwww.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariamente>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebabyandme.com.pe/proveerles-de-micronutrientes-diariamente>

[5] <https://www.nestlebabyandme.com.pe/printpdf/26411>

[6] <https://www.nestlebabyandme.com.pe/javascript%3A%3B>