



## EXEMPLE DE PROGRAMACIÓ SETMANAL MENÚS MIGDIA INFANTS 8 MESOS

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
Puré de pastanaga, mongeta tendra i sèmola de blat amb pollastre	Puré de porro i patata amb gall dindi	Puré de carbassó, patata i pastanaga amb vedella	Puré de carbassa i sèmola d'arròs amb filet magre de porc	Puré de pastanaga i sèmola de blat de moro amb pollastre
Puré de porro, mongeta tendra i sèmola d'arròs amb vedella	Puré de carbassó i sèmola de blat de moro amb pollastre	Puré de mongeta tendra, carbassa i patata amb gall dindi	Puré de pastanaga i sèmola de blat amb vedella	Puré de carbassó i patata amb filet magre de porc
Puré de pastanaga, porro i arròs amb filet magre de porc	Puré de patata i mongeta tendra amb gall dindi	Puré de carbassó i sèmola de blat de moro amb vedella	Puré de pastanaga, carbassa i patata amb pollastre	Puré de mongeta tendra i sèmola de blat amb vedella

● Cal afegir una cullerada de postres d'oli d'oliva cru a tots els purés.

## EXEMPLE DE MENÚ DIARI INFANTS 8 MESOS

<b>Esmorzar</b>	Llet materna o llet adaptada de continuació amb farinetes de cereals amb gluten (6-7 cullerades); volum aproximat de 225 g
<b>Dinar</b>	Puré de verdures amb patata o una mica d'arròs, oli cru i 20-30 g de carn de pollastre o de vedella (volum aproximat 200 a 225 g)
<b>Berenar</b>	Puré de fruita (200 g)
<b>Sopar</b>	Igual que el primer àpat del matí
<b>Oferir una presa de llet materna o de llet de continuació a la nit</b>	