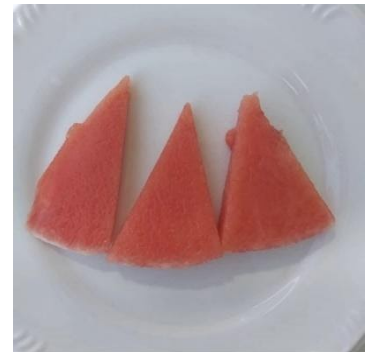


CORTES SEGUROS:

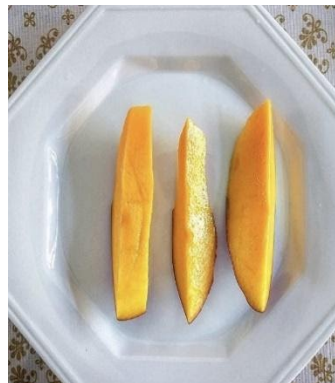
- 1) As uvas devem sempre ser oferecidas sem semente e no corte longitudinal, assim como o ovo de codorna e o tomate cereja que são alimentos pequenos (esses devem ser oferecidos apenas aos 8 meses) . O caqui pode ser oferecido cortado ao meio, com casca, desde que lavado bem e que esteja bem madurinho desde os 6 meses.



- 2) Melancia pode ser dada em formato triangular (com ou sem casca), porém sempre sem sementes desde os 6 meses.



- 3) A manga pode ser cortada em tiras com casca, ou em pedaço grande, fazendo pequenos cortes quadrados desde os 6 meses. Retirar a casca após os 8 meses ou quando o bebê apresentar os dentes.



- 4) A goiaba deve estar bem madura, corte em formato meia lua. Não há necessidade de retirar as sementes desde os 6 meses.



- 5) Frutas duras, como maçã, pêra ou pêssego, deve ser cortadas um pedaço sem semente ou caroço, e fazer vários cortes formando pequenos quadradinhos. **PREFIRA COZIDOS ATÉ OS 8 MESES.**



- 6) Banana, melão e mamão também pode ser cortado em tiras, com a casca apenas na metade desde os meses. Sempre lavar bem as cascas que forem oferecidas ao bebê. Após os 8 meses retirar a casca.

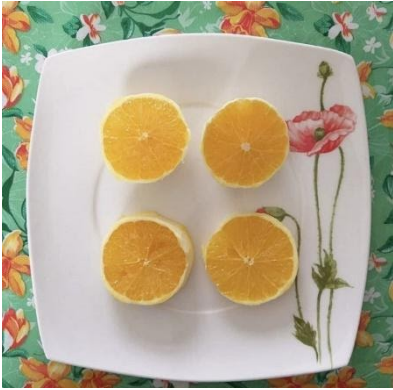


6



5-PR

- 7) A laranja (qualquer tipo) pode ser oferecida em rodelas sem semente ou em gomos desde os 6 meses. Pode cortar em pedacinhos pequenos após os 9 meses, época em que adquirem o movimento de pinça das mãos.



- 8) Legumes podem ser cozidos no vapor, refogados ou assados no forno. Abobrinha, berinjela, cenoura, chuchu, vagem, Coxinha da asa pode ser oferecida inteira, retirando a pele. Desde os 6 meses.



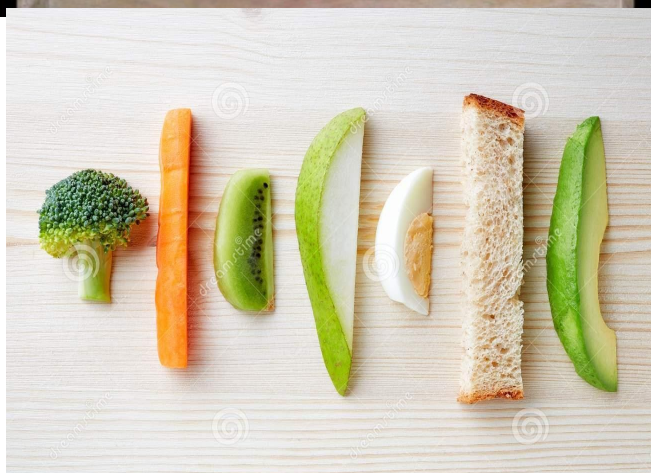
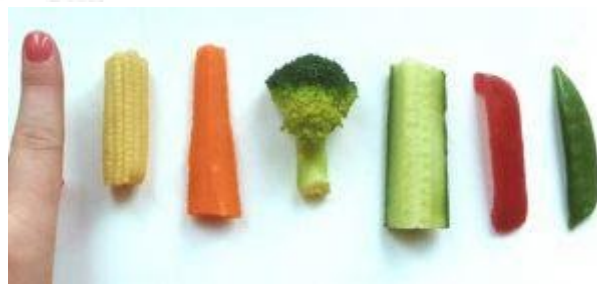
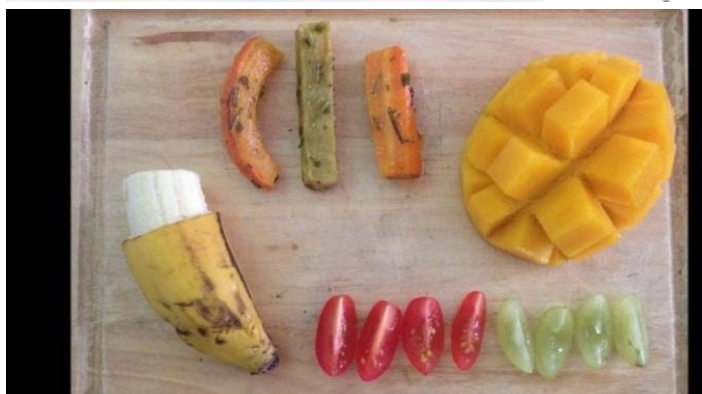
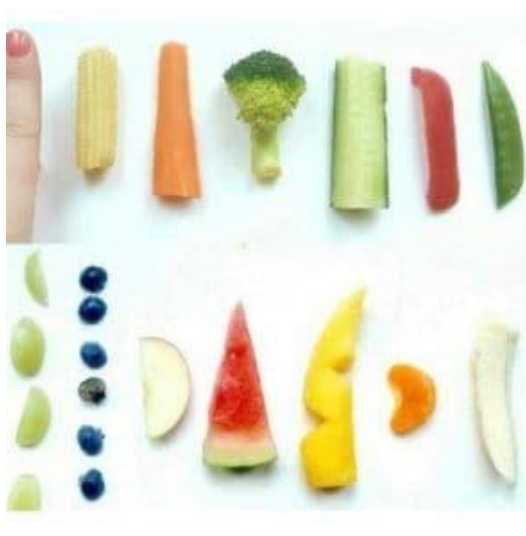
- 9) Tomate pode ser oferecido em rodelas, a carne em tiras, a vagem inteira e a couve flor em buquê (não cozinhar demais ao ponto do bebê esmagar a couve flor). Desde os 6 meses.



10) Arroz, feijão e lentilha podem ser cozidos separados e posteriormente pode ser feito bolinhos para que as crianças segurem. O arroz branco ou japonês é uma boa opção. E o feijão deve ser deixado de molho e cozido na pressão. Após esfriar, então formar os bolinhos. Desde os 6 meses.



A seguir, haverá uma sequência de fotos com cortes seguros de diversos alimentos.



Download from
Dreamstime.com
The watermark color image is for previewing purposes only.

109959253
Reinis Bigaca | Dreamstime.com