

Sobremesas Sem Açúcar

Doces naturais para bebês

Bases naturais

1	Banana madura
2	Maçã cozida
3	Pera
4	Manga
5	Abóbora

Receitas

1	Muffin de cenoura e banana
2	Creme de abacate e maçã
3	Papinha de manga com chia
4	Bolinho de maçã com aveia

Cuidados

1	Não use mel antes de 1 ano.
2	Evite açúcar refinado.
3	Mantenha porções pequenas.

Material educativo. Ajuste sempre a textura e os ingredientes à orientação do profissional de saúde do bebê.