Ficha para a creche

Preenche, entrega à educadora e atualiza sempre que o bebé provar alimentos novos.

Nome do bebé

Data de nascimento

Fase da alimentação

- [ ] Papas e sopas passadas
- [ ] Sopa e comida esmagada com garfo
- [ ] Pedaços macios (BLW / misto)
- [ ] Comida da família, em pedaços pequenos

Alimentos já introduzidos

- [ ] Batata
- [ ] Brócolos
- [ ] Batata-doce
- [ ] Banana
- [ ] Frango
- [ ] Salmão
- [ ] Lentilhas
- [ ] Massa
- [ ] Cenoura
- [ ] Couve-flor
- [ ] Espinafres
- [ ] Laranja
- [ ] Peru
- [ ] Ovo
- [ ] Grão-de-bico
- [ ] Aveia
- [ ] Abóbora
- [ ] Feijão-verde
- [ ] Maçã
- [ ] Kiwi
- [ ] Vaca
- [ ] Iogurte
- [ ] Feijão
- [ ] Pão
- [ ] Curgete
- [ ] Ervilhas
- [ ] Pera
- [ ] Abacate
- [ ] Peixe branco
- [ ] Queijo fresco
- [ ] Arroz
- [ ] Glúten

Outros alimentos já introduzidos

Alergias ou alimentos a evitar (indicados pelo médico)

Leite: tipo e horários

Rotina habitual (sestas e refeições)

O que gosta e o que costuma recusar

O que vai de casa

Contactos