

CONSTRUYA NIÑOS SALUDABLES CON LÁCTEOS

6-12 MESES

Ofrece queso y yogur para ayudar al bebé a explorar diferentes sabores y texturas.



12 MESES

Introduce leche entera para impulsar el crecimiento y el desarrollo.



2+ AÑOS

Cambia a leche baja en grasa. Ofrece leche con las comidas y agua cuando quiera.



¿PROBLEMAS DE BARRIGUITA?

¡Hay opciones sin lactosa para barriguitas pequeñas!

- La leche sin lactosa es un lácteo real, solo sin lactosa.
- El yogur con probióticos puede ayudar a descomponer la lactosa, facilitando la digestión.
- Los quesos duros como el Cheddar, el Suizo y el Colby contienen muy poca lactosa.

Niños menores de 5 años deben de evitar leches de origen vegetal/no lácteas*, bebidas con cafeína, bebidas azucaradas y endulzadas bajas en calorías, fórmulas para niños pequeños y leches con sabor.

*En caso de alergia a la proteína de la leche de vaca, la leche de soya fortificada es la recomendación.