

Sucos

Orientações

- Escolher frutas frescas, maduras e orgânicas.
- Fazer o suco em local limpo.
- Lavar as mãos com água e sabonete antes de fazer o suco.
- Começar dando para a criança três colheres de chá de suco.
- Dar o suco com uma colher ou copo.
- Aumentar a quantidade do suco aos poucos, todos os dias, até completar 150 ml por dia.
- Fornecer, preferencialmente após o almoço e jantar.

Modo de fazer

Suco de laranja lima: descascar o meio e cortar. Espremer com espremedor e passar pelo coador (para as crianças que não aceitarem integral). Quando estiver aceitando bem, dar outros sucos.

Suco de cenoura: lavar a cenoura, raspar a casca com uma faca, passar no processador ou ralador e peneirar.

- Depois, pode dar outros sucos com frutas da época ou aquelas que a família tiver hábito de consumir e que ele/ela aceitar.

TELEFONES

(48) 3211-5582
(48) 9945-8096
(48) 3211-5562 (Vacinas)

ENDEREÇO

Vila Tenente Sapucaia, 66
Centro, Florianópolis, SC
CEP: 88015-280

RESPONSÁVEL TÉCNICO

Dr. Cecim El Achkar
CRM/SC 2239
RQE 1779