

## Guía de alimentación infantil en guarderías IMSS

El esquema alimentario que se proporciona en las guarderías IMSS está diseñado para cubrir los requerimientos energéticos de la niña o el niño para un sano crecimiento y desarrollo, de acuerdo con su edad.

La leche materna es el alimento ideal para los niños y las niñas durante los 6 primeros meses de vida. A partir de los 6 meses de edad la leche es insuficiente como único alimento para cubrir las necesidades del lactante, por lo que es necesario comenzar con la **ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA**.

El Gasto energético total (GET) para cada grupo etario se calcula con base en las recomendaciones de energía establecidas por la Organización Mundial de la Salud, lo que permite diferenciarlos en forma cualitativa y cuantitativa en los siguientes nueve regímenes para las y los niños que se ubican en el rango de edad entre 43 días de nacidos hasta los 72 meses.



**Lácteo I y II**  
43 días a 5 meses 29 días

Leche materna y/o lactancia artificial **de manera exclusiva.**

Presentación de los Alimentos

6 meses  
-Puré

**Complementario I**  
6 meses a  
6 meses 29 días

Leche materna y/o lactancia artificial, **más Introducción semanal de carne, cereales, verdura y fruta.**

Presentación de los Alimentos

7 meses  
-Puré

**Complementario II**  
7 meses a  
7 meses 29 días

**Leche materna** y/o lactancia artificial, alimentos previamente introducidos **más leguminosas.**

8 y 9 meses  
-Puré y sopas caldosas

**Complementario III**  
8 meses a  
9 meses 29 días

**Leche materna** y/o lactancia artificial, alimentos previamente introducidos **más huevo.**

10 y 11 meses  
-Picado extrafino y picado fino

**Transicional I y II**  
10 meses a  
11 meses 29 días

**Leche materna** y/o lactancia artificial, utilizando los alimentos previamente introducidos en **plattillos adaptados a la dieta familiar.**

12 meses en adelante  
-Diferentes picados hasta que los niños acepten trocitos pequeños

**Normal I y II**  
12 meses a  
36 meses en adelante

Continuación de la **Lactancia materna** hasta los 2 años o más de vida. **Introducción de lácteos, consumo de cereales integrales y alimentos ricos en ácidos grasos esenciales.**



TE INVITAMOS A MANTENERTE INFORMADO A TRAVÉS DE ESTE SITIO