

# Hora da Papinha

O Programa Hora da Papinha oferece às mães a segurança na introdução e continuidade de uma alimentação saudável para os menores de 2 anos de idade. Veja as principais propostas da **Nutri Patrícia Martins** para a sua Família.

Elaboração de um cardápio semanal individualizado para a criança.

## Itens do cardápio

- Tipos e consistência dos alimentos nas refeições para cada etapa de desenvolvimento da criança.
- Forma de preparo dos alimentos seguindo os princípios de uma alimentação saudável.
- Receitas de preparações alimentares nutritivas e saborosas.

## Vantagens para a família

- Nutrição e bem-estar para toda a família no planejamento das refeições.
- Dicas de culinária e receitas para facilitar o preparo e armazenamento das refeições.



  
**Patrícia Martins**  
nutricionista

 [www.nutripatymartins.com.br](http://www.nutripatymartins.com.br)  
 [falecom@nutripatymartins.com.br](mailto:falecom@nutripatymartins.com.br)  
  [nutripatymartins](https://www.instagram.com/nutripatymartins)  
 (61) 98581-8696