



Las recetas de Mamá limonada

Fabiolla Peñaflor

Las recetas de Mamá Limonada se convertirá en tu mayor aliado en la cocina y, sobre todo, en el cuidado de los más pequeños de casa. Disfrútalo y recuerda siempre: una mamá informada es una mamá empoderada.

Este libro está pensado para servirte como guía en tu rol de madre o padre, ofreciéndote las bases para una alimentación saludable y balanceada, libre de apegos emocionales, desde la primera infancia hasta la pubertad. Encontrarás 52 recetas deliciosas, nutritivas, fáciles de preparar y muy divertidas. Desde recetas contra la anemia, contra el bajo peso, platos para que tu hijo aprenda a comer vegetales o carnes, postres cumpleaños, loncheras para los más peques, comida especial para niños que son alérgicos a la proteína de la leche de vaca (APLV) y hasta recetas para cuando los niños están enfermos. Además, tendrás acceso a información nutricional que te servirá de guía para que tus hijos aprendan a comer comida casera y equilibrada. Con explicaciones sencillas y tips prácticos, este libro se convertirá en el aliado perfecto para padres que buscan fomentar hábitos alimenticios positivos desde la infancia.

Fecha de publicación:
03/02/2025

Sello Editorial:
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe

Fabiolla Peñaflor