



CADERNO
DE ROTINA

babycare
Quem ama cuida!



A maior plataforma online para famílias do Brasil

Alimentação

Horário Peito ml / tempo

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Sono

Horário Duração

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Troca de fralda

Horário



_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Atividades e outras anotações

- _____ tummy time
- _____ música
- _____ leitura
- _____ ar livre
- _____ brincadeiras sensoriais
- _____ outros

Humor

Manhã



Tarde



Noite



Remédios e Vitaminas

nome

horário

dosagem

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Alimentação

Horário Peito ml / tempo

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Sono

Horário Duração

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Troca de fralda

Horário



_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Atividades e outras anotações

- _____ tummy time
- _____ música
- _____ leitura
- _____ ar livre
- _____ brincadeiras sensoriais
- _____ outros

Humor

Manhã



Tarde



Noite



Remédios e Vitaminas

nome

horário

dosagem

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Patrocinadores:

femibion

LAVAGEM NASAL
NoseWash

ISDIN
LOVE YOUR SKIN

BIGFRAL



lillo

Apoio:

POPPiNS

babycare
Quem ama cuidar 

A maior plataforma online para famílias do Brasil

www.kitbabycare.com.br @babycare.oficial