

Sposób przygotowania mleka początkowego NAN 1



Karmienie piersią jest najlepszym sposobem żywienia niemowlęcia i należy je kontynuować jak najdłużej. Przed podjęciem decyzji o karmieniu mlekiem początkowym skonsultuj się z personelem Poradni zdrowia dziecka.

Imię i nazwisko dziecka:

Podpis:

Data:

Ile mleka początkowego podawać dziecku?

Tabela dawkowania*:

Wiek dziecka	Ilość/posiłek Przegotowana, ostudzona woda (40°- 45° C) [ml]	Liczba płaskich miarek*	Liczba posiłków/ dzień***
1-2 tygodnie	90	3	6
3-4 tygodnie	120	4	5
2 miesiące	150	5	5
3-4 miesiące	180	6	5
5-6 miesięcy**	210	7	5

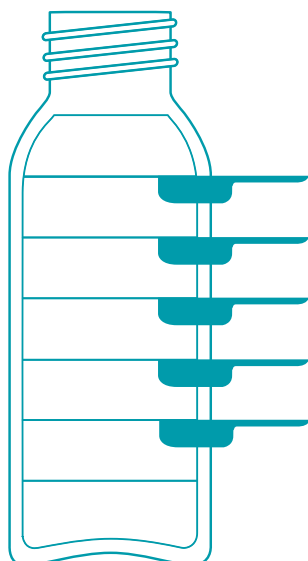
* Zawsze używaj miarki dołączonej do opakowania. Zbyt duża ilość dodanego proszku może prowadzić do odwodnienia. Zbyt mała ilość dodanego proszku nie dostarczy dziecku wystarczającej ilości energii i wartości odżywczych. Nie zmieniaj proporcji wody i mleka bez konsultacji z lekarzem.

** Po ukończeniu przez dziecko 6. miesiąca życia można powoli zacząć odstawiać je od piersi – skonsultuj się z lekarzem lub położną.

*** W zależności od potrzeb dziecka.

Tabela zawiera dawkowanie orientacyjne. Ostateczną ilość dostosuj do apetytu i masy ciała dziecka.

OSTRZEŻENIE: Nieprzegotowana woda, niewyparzone butelki lub nieprawidłowa proporcja mieszanki mogą wywołać złe samopoczucie u dziecka. Nieprawidłowo przechowywane, używane, przygotowane i podawane mleko może mieć potencjalnie negatywne skutki dla zdrowia dziecka.



210 ml + 7 miarek

180 ml + 6 miarek

150 ml + 5 miarek

120 ml + 4 miarki

90 ml + 3 miarki

Przed przygotowaniem



Umyj ręce, zanim zaczniesz przygotowywać mleko.



Dokładnie umyj butelkę, smoczek i nakrętkę. Wygotuj butelkę, smoczek i nakrętkę przez kilka minut. Pozostaw pod przykryciem do następnego posiłku.



Doprowadź do wrzenia zimną wodę z kranu i gotuj ją przez kilka minut. Pozostaw do ostygnięcia do temperatury ok. 40°C i wlej do czystej butelki.



Dodaj odpowiednią liczbę płaskich miarek proszku.



Zakręć butelkę i potrząśnij nią aż do rozpuszczenia się proszku. Sprawdź, czy mieszanka nie jest zbyt gorąca. Zawsze spróbuj ją przed podaniem dziecku.



Po każdym użyciu zamknij dokładnie torebkę lub puszkę i przechowuj opakowanie w suchym i chłodnym miejscu.



Nigdy nie zostawiaj resztek!

Przygotuj zawsze ilość potrzebną tylko na jeden posiłek, aby podawana mieszanka była jak najświeższa.