

## **Humana 1 Plus PREMIUM**

mleko początkowe  
od urodzenia

rodzina kwasów Omega-3 i Omega-6

reguluje posiłki od urodzenia  
wydłużając czas między karmieniami

dobrze tolerowana

500 g



### **Właściwości i zastosowanie**

**Humana 1 plus PREMIUM** jest przeznaczona do karmienia niemowląt od urodzenia, jako jedyny pokarm, gdy nie są one karmione piersią. Skład preparatu został opracowany z uwzględnieniem potrzeb dzieci z silniejszym uczuciem głodu. Po karmieniu mlekiem Humana 1 plus PREMIUM, dziecko pozostaje dłużej syte i zadowolone, posiłki stają się bardziej regularne, a odstępy czasu między nimi dłuższe. Skład Humana 1 plus PREMIUM jest zgodny z najnowszymi wytycznymi międzynarodowych gremiów naukowych w dziedzinie pediatrii.

### **Wszystko, co musisz wiedzieć o mleku Humana 1 Plus PREMIUM:**

**LC-PUFA:** długołańcuchowe, wielonienasycone kwasy tłuszczowe (z rodziny kwasów Omega-3 i Omega-6), występują także naturalnie w mleku matki. Są one ważnym składnikiem przyczyniającym się do prawidłowego rozwoju dziecka. Zwłaszcza w pierwszych miesiącach życia, przed wprowadzeniem diety pozamlecznej, ponieważ w tym wieku organizm niemowlęcia nie może jeszcze wytwarzać wystarczającej ilości LC-PUFA. Dlatego specjaliści zalecają dodawanie LC-PUFA do mlek modyfikowanych.

### **Skład opracowany przez ekspertów w dziedzinie żywienia**

#### **Dobra alternatywa sycącego posiłku „na noc”**

**Reguluje posiłki od urodzenia** Po karmieniu mlekiem Humana 1 Plus PREMIUM dziecko pozostaje dłużej syte i zadowolone

### **PRODUKT BEZGLUTENOWY**

#### **Gwarancja jakości Humana**

- ✓ Wyprodukowana zgodnie z najnowszymi wytycznymi grupy ekspertów Unii Europejskiej (Komitetu Naukowego ds. Żywności UE), międzynarodowych gremiów pediatrycznych (ESPGHAN) oraz aktualnymi zaleceniami żywieniowymi
- ✓ Zawiera wyłącznie wybrane i starannie kontrolowane składniki
- ✓ Sprawdzona przez surową kontrolę jakości
- ✓ Wyprodukowana przez firmę o szczególnym „know-how”, posiadającą ponad 60-letnie doświadczenie i pełen nadzór nad wszystkimi etapami produkcji żywności dla niemowląt – począwszy od mleka z własnych mleczarni, skończywszy na gotowym produkcie

## Sposób przygotowania

Ważne: podczas przyrządzania posiłku należy dokładnie przestrzegać przepisu przygotowania i podstawowych zasady higieny. Należy zawsze przyrządzać świeżą porcję mleka tylko na jeden posiłek i bezpośrednio po przygotowaniu podać ją dziecku. Ze względu na zagrożenie namnożenia drobnoustrojów chorobotwórczych, nie wolno ponownie podgrzewać i podawać resztek pokarmu, które nie zostały spożyte podczas poprzedniego karmienia, nawet wtedy, gdy były one przechowywane w lodówce. Przed podaniem pokarmu należy sprawdzić, czy jego temperatura jest odpowiednia do picia - 37°C (niebezpieczeństwo poparzenia).

Zanim przystąpisz do przyrządzania posiłku dla dziecka, dokładnie umyj ręce.

Upewnij się, czy butelka, smoczek i zakrętka wraz z pokrywką są czyste. Nie podgrzewaj pokarmu w kuchence mikrofalowej (niebezpieczeństwo poparzenia). Otwartą torebkę, po pobraniu proszku, dobrze zamknij, przechowuj w chłodnym i suchym miejscu, jej zawartość zużyj w ciągu trzech tygodni.

Zagotuj odpowiednią objętość wody i ostudź do temperatury 70°C (lub wodę Humana dla niemowląt i dzieci podgrzej do temperatury 70°C).

Okolo połowę potrzebnej objętości wody wlej do czystej butelki.

Załączoną miarkę luźno napełnij proszkiem (nie ubijając). Usuń nadmiar proszku równo z brzegiem miarki i wsyp do butelki z wodą.

Zamknij butelkę i natychmiast wymieszaj silnie wstrząsając, aż do rozpuszczenia się proszku. Dodaj pozostałą objętość wody i ponownie silnie wymieszaj.

Uwaga: chroń ręce przed gorącą butelką (użyj np. chusteczkę).

Pokarm ostudź do temperatury odpowiedniej do picia: w naczyniu z wodą lub pod zimną bieżącą wodą (ok. 5-7 min.).

Butelkę jeszcze raz krótko wstrząśnij, nałóż smoczek i ponownie sprawdź, czy temperatura pokarmu jest odpowiednia do picia - 37°C (niebezpieczeństwo poparzenia).

Upewnij się, że w czasie przygotowywania pokarmu Twoje dziecko nie znajduje się w bezpośredniej bliskości (niebezpieczeństwo prysnięcia i poparzenia).

## Objętości zalecane w karmieniu

Proszę używać wyłącznie załączoną do tego opakowania miarkę (miarka mieści ok. 4,3 g proszku).

Każde dziecko jest inne, dlatego podane objętości należy traktować tylko jako wskazówki.	Na jeden posiłek				Liczba posiłków dziennie
	Wiek dziecka	Woda (ml)	Liczba miarek	Objętość gotowego do spożycia mleka (ml)	
	1. tydzień	wg. zaleceń lekarza lub położnej			
	2. – 8. tydzień	90	3	100	7-8
	3. miesiąc	120	4	130	6-7
	4. miesiąc	150	5	170	5-6
po 4. miesiącu	180	6	200	4-5	

## Ważne wskazówki

### ... dla dobra dziecka

Najlepszym sposobem żywienia niemowląt jest karmienie piersią. Przed podjęciem decyzji o rozpoczęciu karmienia mlekiem modyfikowanym, należy skonsultować się z lekarzem pediatrą.

### ... dla zdrowych ząbków

Staranna i regularna pielęgnacja zębów dziecka, zwłaszcza przed snem, powinna być prowadzona od pierwszych ząbków. Po skończonym posiłku nie pozostawiaj smoczka w buzi dziecka do ssania, jako zastępstwo zwykłego smoczka lub pomoc w zasypianiu i możliwie wcześniej przyzwyczajaj je do picia z kubeczka. Posiłek z butelki nie powinien trwać dłużej, aniżeli karmienie piersią.

Przechowywać w chłodnym i suchym miejscu

Najlepiej spożyć przed końcem:  
patrz stempel na spodzie kartonika

Środek spożywczy specjalnego przeznaczenia żywieniowego

### Skład

Średnia zawartość		100 g proszku	100 ml gotowego do spożycia mleka
Wartość energetyczna	kJ	2071	273
	kcal	494	65
Białko	g	10,5	1,4
Węglowodany	g	60,8	8
w tym:			
laktoza	g	41	5,4
maltoza	g	0,9	0,1
dekstryny	g	9,7	1,3
skrobia	g	9,2	1,2
Tłuszcz	g	23,2	3,1
w tym:			
nasycone kwasy tłuszczowe	g	8,2	1,1
jednonienasycone kwasy tłuszczowe	g	10,2	1,3
wielonienasycone kwasy tłuszczowe	g	4,8	0,6
w tym:			
kwas arachidonowy (LC-PUFA)	mg	46,4	6,1
kwas dokozaheksaenowy (LC-PUFA)	mg	46,4	6,1
Składniki mineralne			
Sód	mg	150	20
Potas	mg	510	67
Wapń	mg	440	58
Magnez	mg	37	4,9
Fosfor	mg	245	32
Chlorki	mg	330	44

Mikroelementy			
Żelazo	mg	4,6	0,6
Cynk	mg	5,2	0,7
Miedź	µg	285	38
Mangan	µg	48	6,3
Jod	µg	83	11
Selen	µg	15	2
Fluor	µg	< 20	< 3,0
Witaminy			
Witamina A	µg	490	65
Witamina D	µg	8,1	1,1
Witamina E	mg	6,1	0,8
Witamina K	µg	44	5,8
Witamina B <sub>1</sub>	µg	490	65
Witamina B <sub>2</sub>	µg	730	96
Witamina B <sub>6</sub>	µg	470	62
Witamina B <sub>12</sub>	µg	1,33	0,18
Witamina C	mg	85	11
Niacyna	µg	4530	598
Kwas pantotenowy	µg	2720	359
Folacyna	µg	78	10
Biotyna	µg	15	2
Cholina	mg	145	19
Inozytol	mg	58	7,7

Podane wartości podlegają wahaniom, typowym dla produktów opartych na surowcach naturalnych.

**Składniki:** odtłuszczone mleko w proszku, odmineralizowana serwatka w proszku, oleje roślinne (zawiera lecytynę sojową), skrobia, maltodekstryny, laktoza, węglan wapnia, chlorek potasu, ortofosforan wapnia, olej zwierzęcy (olej rybi), cytrynian sodu, wodorowinian choliny, mieszanina witamin (wit. C, niacyna, wit. E, kwas pantotenowy, wit. A, wit. B<sub>1</sub>, wit. B<sub>6</sub>, wit. B<sub>2</sub>, folacyna, wit. K<sub>1</sub>, biotyna, wit. D<sub>3</sub>, wit. B<sub>12</sub>), cytrynian potasu, węglan magnezu, tauryna, L-tyrozyna, L-fenylalanina, inozytol, siarczan żelaza, stabilizator: kwas mlekowy, L-tryptofan, tlenek cynku, kompleks miedź-lizyna, jodan potasu, siarczan manganu, selenian sodu.

Wyprodukowano w Niemczech  
Humana GmbH  
Bielefelder Strasse 66  
D-32051 Herford

Przedstawiciel  
i dystrybucja w Polsce  
Verco Sp. z o.o.  
ul. Odrowąza 15  
03-310 Warszawa  
www.verco.com.pl

### Serwis Konsumenta

www.humana.pl  
doradca@verco.com.pl  
tel. 22 523 23 33