

## Humana 1

mleko początkowe  
od urodzenia

tak jak mleko matki tylko z laktozą

dobrze tolerowana

350 g



### Właściwości i zastosowanie

**Humana 1** jest przeznaczona do karmienia niemowląt od urodzenia, „na żądanie”, jako uzupełnienie karmienia piersią i jako jedyny pokarm, gdy nie są one karmione piersią. Jako pokarm uzupełniający, Humana 1 jest bardzo dobrze tolerowana z mlekiem matki, gdy jego ilość jest niewystarczająca. Tak jak w pokarmie matki, w mleku jest obecny tylko jeden węglowodan – laktoza (cukier mleczny). Skład Humana 1 jest zgodny z najnowszymi wytycznymi międzynarodowych gremiów naukowych w dziedzinie pediatrii.

### Wszystko, co musisz wiedzieć o mleku Humana 1:

Skład opracowany przez ekspertów w dziedzinie żywienia

Dobrze tolerowana - Humana 1 jest dobrze tolerowana, tym samym idealna jako uzupełnienie karmienia piersią i po jego zakończeniu.

### PRODUKT BEZGLUTENOWY

Laktoza jako jedyny węglowodan - tak jak pokarm matki, zawiera tylko jeden węglowodan - laktozę (cukier mleczny), dlatego jest idealna do karmienia „na żądanie”, do dokarmiania i po zakończeniu karmienia piersią.

### Gwarancja jakości Humana

- ✓ Wyprodukowana zgodnie z najnowszymi wytycznymi grupy ekspertów Unii Europejskiej (Komitetu Naukowego ds. Żywności UE), międzynarodowych gremiów pediatrycznych oraz aktualnymi zaleceniami żywieniowymi (ESPGHAN, Codex Alimentarius).
- ✓ Zawiera wyłącznie wybrane i starannie kontrolowane składniki.
- ✓ Sprawdzona przez surową kontrolę jakości.
- ✓ Szczególne „know-how”: ponad 60-letnie doświadczenie i pełen nadzór nad wszystkimi etapami produkcji – począwszy od mleka z własnych mleczarni, do gotowego produktu.

### 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 kuchenke 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).

Około połowę potrzebnej objętości wody wlej do czystej butelki.

Załączoną miarkę luźno napełnij proszkiem (nie ubijając). Usuń nadmiar proszku równo z brzegiem miarki i wsymp 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. Jeśli lekarz nie zaleci inaczej, mleko można podawać w ilości i z częstotliwością regulowaną przez dziecko, tak jak mleko matki („na żądanie”).	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

Należy spożyć do:

Patrz stempel na spodzie kartonika

Środek spożywczy specjalnego przeznaczenia żywieniowego

### Skład

Średnia zawartość		100 g proszku	100 ml gotowego do spożycia mleka
<b>Wartość energetyczna</b>	kJ	2083	271
	kcal	497	65
<b>Białko</b>	g	10,5	1,4
<b>Węglowodany,</b>	g	60,2	7,8
w tym laktoza	g	60,2	7,8
<b>Tłuszcz, w tym:</b>	g	23,8	3,1
nasycone kwasy tłuszczowe	g	8,5	1,1
jednonienasycone kwasy tłuszczowe	g	10,4	1,4
wielonienasycone kwasy tłuszczowe	g	4,9	0,6
kw. linolowy (Omega-6)	mg	4300	559
kw. α-linolenowy (Omega 3)	mg	550	72
<b>Składniki mineralne</b>			
Sód	mg	150	20
Potas	mg	530	69
Wapń	mg	455	59
Magnez	mg	38	4,9
Fosfor	mg	255	33
Chlorki	mg	345	45
<b>Mikroelementy</b>			
Żelazo	mg	4,6	0,6
Cynk	mg	5,1	0,7
Miedź	μg	300	39
Jod	μg	87	11
Mangan	μg	51	6,6
Selen	μg	15	2,0
Fluor	μg	150	19,5
<b>Witaminy</b>			
Witamina A	μg	505	66

Witamina D	μg	8,3	1,1
Witamina E	mg	6,0	0,8
Witamina K	μg	40	5,2
Witamina B <sub>1</sub>	μg	520	68
Witamina B <sub>2</sub>	μg	710	92
Witamina B <sub>6</sub>	μg	495	64
Witamina B <sub>12</sub>	μg	1,3	0,2
Witamina C	mg	80	10,4
Niacyna	μg	4700	611
Kwas pantotenowy	μg	2680	384
Folacyna	μg	90	11,7
Biotyna	μg	13,8	1,8
Cholina	mg	80	10,4
Inozytol	mg	27	3,5

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

**Składniki:** odmineralizowana serwatka w proszku, oleje roślinne, laktoza, odtłuszczone mleko w proszku, emulgator: lecytyna sojowa, węglan wapnia, chlorek potasu, ortofosforan wapnia, cytrynian sodu, mieszanina witamin (wit. C, niacyna, kwas pantotenowy, wit. E, wit. A, wit. B<sub>1</sub>, wit. B<sub>6</sub>, wit. B<sub>2</sub>, folacyna, wit. K, biotyna, wit. D, wit. B<sub>12</sub>), cytrynian potasu, węglan magnezu, tauryna, L-fenylalanina, L-tyrozyna, mleczan żelazawy, L-tryptofan, tlenek cynku, siarczan cynku, siarczan miedzi, 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

kod EAN  
4031244818003