

# Humana

## Humana 1 Plus Premium z LC-PUFA

**Mleko początkowe.  
Od urodzenia.  
Sycąca i lekko strawna.**



### LC-PUFA

Do optymalnego rozwoju, Twoje dziecko potrzebuje szczególne substancje odżywcze i budulcowe. Mleko matki zawiera wartościowy składnik - LC-PUFA - długołańcuchowe, wielonienasycone kwasy tłuszczowe. Wspierają one optymalny rozwój mózgu, układu nerwowego i wzroku.

### Właściwości i zastosowanie

Humana 1 plus PREMIUM z LC-PUFA jest przeznaczona do karmienia niemowląt od urodzenia, jako jedyny pokarm, gdy nie są one karmione piersią. Skład mleka został opracowany z uwzględnieniem potrzeb dzieci z silniejszym uczuciem głodu. Po karmieniu Humaną 1 plus PREMIUM z LC-PUFA dziecko pozostaje dłużej syte i zadowolone, posiłki stają się bardziej regularne, a odstępy czasu między nimi dłuższe. Humana 1 plus PREMIUM z LC-PUFA zawiera wszystkie ważne składniki odżywcze i budulcowe, potrzebne dziecku każdego dnia, do właściwego rozwoju.

### Ważne wskazówki

- Najlepszym sposobem żywienia niemowląt jest karmienie piersią. Przed podjęciem decyzji o podawaniu mleka początkowego, należy skonsultować się z lekarzem pediatrą.
- Humana 1 plus PREMIUM z LC-PUFA, podobnie jak mleko matki, zawiera węglowodany – ważne składniki pokarmowe (np. laktozę – cukier mleczny). Węglowodany, przy częstym lub zbyt długim kontakcie z zębami, mogą prowadzić do rozwoju próchnicy i w jej następstwie zniszczenia zębów. Dlatego nie pozostawiaj butelki ze smoczkiem w buzi dziecka do ssania, jako zastępstwo zwykłego smoczka lub pomoc w zasypianiu i możliwie wcześnie przyzwyczaj je do picia z kubeczka. Posiłek z butelki nie powinien trwać dłużej, aniżeli karmienie piersią.
- Otwarte opakowanie wewnętrzne należy dobrze zamykać, zawartość zużyć w ciągu 3. tygodni

### Objętości zalecane w karmieniu

Podane objętości są tylko orientacyjne i mogą się indywidualnie różnić.

Jeśli nie zalecono inaczej, mleko można podawać w ilości i z częstotliwością regulowaną przez dziecko („na żądanie”).

Wiek dziecka	Na jeden posiłek			
	Woda (ml)	Liczba miarek	Objętość gotowego do spożycia mleka (ml)	Liczba posiłków dziennie
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

Do przyrządzania mleka należy używać wyłącznie załączoną do opakowania miarkę. Jedna miarka lekko napełniona proszkiem (bez ubijania), po zgarnięciu nadmiaru równo z brzegiem miarki, zawiera ok. 4,3 g proszku.

Sposób przygotowania mleka znajduje się na opakowaniu.

### Skład

Średnia zawartość		100 g proszku	100 ml gotowego do spożycia mleka
Wartość energetyczna	kJ	2080	270
	kcal	497	65
Białko	g	10,5	1,4
Węglowodany	g	59,4	7,7
w tym:			
glukoza	g	0,1	< 0,1
laktoza	g	44,6	5,8
maltoza	g	0,2	< 0,1
skrobia	g	8,4	1,1
dekstryny	g	6,1	0,8
Tłuszcz	g	24,1	3,1
w tym:			
nasycone kwasy tłuszczowe	g	8,6	1,1
jednonienasycone kwasy tłuszczowe	g	10,5	1,4
wielonienasycone kwasy tłuszczowe	g	5,0	0,7
w tym:			
kw. arachidonowy	mg	48,2	6,3
kw. dokozaheksaenowy	mg	48,2	6,3
Składniki mineralne			
Sód	mg	155	20
Potas	mg	525	68
Chlorki	mg	340	44
Wapń	mg	455	59
Fosfor	mg	260	34
Magnez	mg	39	5,1

Mikroelementy			
Żelazo	mg	4,5	0,6
Cynk	mg	5,1	0,7
Miedź	µg	300	39
Mangan	µg	55	7,2
Jod	µg	88	11
Selen	µg	15	2,0
Fluor	µg	270	35
Witaminy			
Witamina A	µg	500	65
Witamina D	µg	8,1	1,1
Witamina E	mg	5,3	0,7
Witamina K	µg	40	5,2
Witamina B <sub>1</sub>	µg	500	65
Witamina B <sub>2</sub>	µg	810	105
Witamina B <sub>6</sub>	µg	470	61
Witamina B <sub>12</sub>	µg	1,3	0,17
Witamina C	mg	78	10
Niacyna	µg	4430	576
Kwas pantotenowy	µg	2500	325
Folacyna	µg	90	12
Biotyna	µg	13	1,7
Inozytol	mg	34	4,4
Cholina	mg	210	27

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

### **Składniki**

Odmineralizowana serwatka w proszku, odtłuszczone mleko w proszku, oleje roślinne, skrobia ziemniaczano-kukurydziana, maltodekstryna, laktoza, oleje zwierzęce (olej z jaja, olej rybi), koncentrat białek serwatkowych, emulgator: lecytyna sojowa, węglan wapnia, chlorek potasu, ortofosforan wapnia, cytrynian sodu, L-tyrozyna, 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-tryptofan, mleczan żelazawy, L-karnityna, tlenek cynku, siarczan miedzi, siarczan cynku, jodek potasu, siarczan manganu, selenian sodu.