

# Humana

## Humana 2

**Mleko następne.**

**Po 6. miesiącu.**

**Lekko strawne, sycące.**



### Właściwości i zastosowanie

**Humana 2** jest przeznaczona do żywienia niemowląt powyżej 6. miesiąca życia. Zawarte w Humanie 2 białko mleka pochodzi z własnych mleczarni, jest starannie przetworzone, biologicznie dobrze przyswajalne i szczególnie lekko strawne. Kwasy tłuszczowe Omega-3 wspierają rozwój mózgu, nerwów i ostrość widzenia.

Żelazo pełni ważną rolę w tworzeniu krwi i zaopatrzeniu mózgu w tlen. Wapń jest istotny dla budowy zębów i mocnych kości, jod dla rozwoju umysłowego i właściwej funkcji tarczycy.

Witaminy muszą być przyjęte wraz z pokarmem, ponieważ organizm nie może ich sam wytwarzać. Witaminy wspierają rozwój organów i są konieczne dla optymalnej przemiany materii.

### Ważne wskazówki

- Najlepsze dla Twojego dziecka jest wyłącznie karmienie piersią w czasie pierwszych 6. miesięcy życia. Jak każde mleko następne, **Humana 2** nie powinna zastępować pokarmu matki przez pierwsze 6 miesięcy i z zasady dopiero po 6. miesiącach życia, być częścią zróżnicowanej diety. Jednakże wzrost i indywidualne potrzeby rozwojowe Twojego dziecka, mogą uczynić zasadnym wcześniejsze wprowadzenie żywienia uzupełniającego i mlek następnych, jako części składowej mieszanej diety. Podjęcie takiej decyzji należy jednak zawsze skonsultować z lekarzem pediatrą.

- Humana 2, podobnie jak mleko matki, zawiera węglowodany – ważne składniki pokarmowe (np. laktozę – cukier mleczny). Przy częstym lub zbyt długim kontakcie z zębami, mogą one prowadzić do rozwoju próchnicy i w jej następstwie zniszczenia zębów. Dlatego nie pozostawiaj butelki ze smoczkiem w buzi dziecka do długotrwałego ssania, jako zastępstwo zwykłego smoczka. 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

Po 6. miesiącu życia, średnia porcja na jeden posiłek wynosi ok. 200 ml. Niemowlę po 6. miesiącu otrzymuje dziennie 2 – 3 posiłki. Podane objętości są jednak tylko wskazówkami i w zależności od apetytu Twojego dziecka, mogą się indywidualnie różnić.

Na jeden posiłek

Woda (ml)	Liczba miarek	Objętość gotowego do spożycia mleka (ml)
150	5	170
180	6	200
210	7	230

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. 4,7 g proszku.

Sposób przygotowania mleka znajduje się na opakowaniu.

## Skład

Średnia zawartość		100 g proszku	100 ml gotowego do spożycia mleka
Wartość energetyczna	kJ	2022	283
	kcal	482	67
Białko	g	10,3	1,4
Węglowodany	g	62,7	8,8
glukoza	g	0,2	< 0,1
laktoza	g	36,3	5,1
maltoza	g	2,8	0,4
dekstryny	g	8,0	1,1
skrobia	g	15,4	2,2
Tłuszcz	g	21,1	3,0
w tym:			
nasycone kwasy tłuszczowe	g	7,5	1,1
jednonienasycone kwasy tłuszczowe	g	9,3	1,3
wielonienasycone kwasy tłuszczowe	g	4,3	0,6
kwas linolowy (Omega 6)	mg	3819	535
kwas α-linolenowy (Omega 3)	mg	485	68
Składniki mineralne			
Sód	mg	145	20
Potas	mg	505	71
Wapń	mg	435	61
Magnez	mg	39	5
Fosfor	mg	240	34
Chlorki	mg	325	46
Mikroelementy			
Żelazo	mg	5,9	0,8

Cynk	mg	4,9	0,7
Miedź	μg	295	41
Jod	μg	82	11
Selen	μg	15	2,1
Mangan	μg	50	7
Fluor	μg	115	16
Witaminy			
Witamina A	μg	485	68
Witamina D	μg	7.9	1,1
Witamina E	mg	5,3	0,7
Witamina K	μg	39	5
Witamina B <sub>1</sub>	μg	475	67
Witamina B <sub>2</sub>	μg	730	102
Witamina B <sub>6</sub>	μg	460	64
Witamina B <sub>12</sub>	μg	1,2	0,17
Witamina C	mg	77	11
Niacyna	μg	4370	612
Kwas pantotenowy	μg	2470	346
Folacyna	μg	95	13
Biotyna	μg	13,5	1,9

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

### **Składniki**

Odmineralizowana serwatka w proszku, oleje roślinne, odtłuszczone mleko w proszku, skrobia ziemniaczano-kukurydziana, syrop glukozowy, laktoza, emulgator: lecytyna sojowa, węglan wapnia, chlorek potasu, ortofosforan wapnia, cytrynian sodu, cytrynian potasu, 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>), L-fenylalanina, węglan magnezu, L-tryptofan, mleczan żelazawy, tauryna, tlenek cynku, siarczan miedzi, siarczan cynku, jodek potasu, siarczan manganu, selenian sodu.