

# Humana 3 z okusom jabolka

H3A01D01S101

nadaljevalno mleko za dojenčke in majhne otroke  
dietetično živilo za posebne prehranske namene

Humana 3 z okusom jabolka je primerna za posebne prehranske namene za dojenčke po dopolnjenem 10. mesecu starosti. Humane 3 se v prvih šestih mesecih življenja ne sme uporabljati kot nadomestek za materino mleko. Uporablja se le kot del raznolike prehrane po zaključnem hranjenju z nadaljevalnim mlekom Humana 2. Otrok lahko nadaljevalno mleko Humana 3 brez težav pije po steklenički, pozneje pa iz skodelice.

## Enostavna priprava

Pri pripravi hrane za dojenčke natančno upoštevajte navodilo za uporabo. Vedno pripravite svež obrok in takoj nahanite otroka. Pazite, da stekleničko ohladite na temperaturo, primerno za pitje (37°C), saj lahko v nasprotnem primeru pride do oparin. Ostanke hrane ne smete ponovno uporabiti.

Stekleničko, dudo in obroček temeljito očistite. Hrane ne pogrevajte v mikrovalovni pečici. Vrečko po odprtju ponovno dobro zaprite ter hranite na hladnem in suhem mestu. Vsebinе odprte vrečke porabite najpozneje v 3 tednih. Nepravilna priprava ali shranjevanje lahko predstavlja tveganje za zdravje otroka.

- Preverite tabelo odmerjanja in potrebno količino čiste pitne vode prekuhajte in ohladite na 50°C.
- Približno polovico potrebne količine vode vlijte v očiščeno stekleničko.
- V stekleničko s priloženo Humanino merico dodajte predpisano število meric Humane 3. Vsako do vrha napolnjeno merico poravnajte s hrbtno stranjo čistega noža.
- Stekleničko zaprite in takoj močno pretresite. Dodajte preostalo količino vode in stekleničko še enkrat močno pretresite.
- Namestite dudo in preverite temperaturo vsebine stekleničke (približno 37°C), da ne pride do oparin.

## Odmerjanje

Dnevno količino hrane in število obrokov prilagodite dojenčkovi starosti in njegovim potrebam. Vrednosti v tabeli so okvirne. Dojenčki po dopolnjenem 10. mesecu starosti v povprečju spijejo 200 ml tekočine na obrok in zaužijejo približno 1–2 tekoča obroka na dan.

količina vode (ml)	število meric	količina pripravljene obroka (ml)
150	5	170
180	6	200
210	7	230

Uporabljajte le priloženo merico (do vrha napolnjena in poravnana zajame približno 5,0 g proizvoda).

Ta proizvod je pakiran v kontrolirani atmosferi v vrečke iz folije, ki je prepustna za zrak in svetlobo. Na ta način kar najbolj zagotavljamo svežino proizvoda.

Vsebina originalno zaprte vrečke, hranjene na hladnem in suhem mestu, je uporabna najmanj do datuma, ki je naveden na dnu skatle. Številka serije je označena na embalaži živila.

**Sestavine:** posneto mleko, laktoza, maltodekstrin, rastlinska olja (palmovo, repično, sončnično), galaktooligosaharidni sirup (iz mleka), jabolčni sok v prahu (1,4 %), rizevi kosmiči, kalcijev karbonat, kalcijev ortofosfat, mešanica vitaminov (vitamin A, niacin, vitamin E, pantotenska kislina, vitamin C, tiamin, vitamin B<sub>12</sub>, riboflavin, folna kislina, vitamin K<sub>1</sub>, biotin, vitamin D<sub>3</sub>, vitamin B<sub>6</sub>), kalcijev citrat, natrijev citrat, magnezijev karbonat, L-triptofan, kalcijev klorid, železov difosfat, cinkov oksid, bakrov sulfat, manganov sulfat, kalcijev jodat, natrijev selenat

## Pomembno obvestilo

### • za prehrano dojenčkov

Materino mleko je najboljša hrana za vašega dojenčka. Humano 3 uporabljajte le po nasvetu neodvisnih strokovnjakov s področja medicine, farmacije, prehrane ali drugih strokovnjakov s področja nege matere in otroka.

## Sestava

v povprečju vsebuje	100 g prahu	100 ml pripravljene obroka	
<b>energijska vrednost</b>			
	kcal		
	1964	293	
	468	70	
	19,5	2,9	
<b>maščobe</b>			
od tega:			
nasitene maščobne kisline	g	7,2	1,1
enkrat nenasičene maščobne kisline	g	8,3	1,2
večkrat nenasičene maščobne kisline	g	4,0	0,6
<b>ogljikovi hidrati</b>			
od tega:			
sladkor	g	42,1	6,3
od tega:			
laktoza	g	38,4	5,7
laktuloza	g	9,9	1,5
<b>beljakovine</b>			
sol	g	0,33	0,05
<b>minerali</b>			
natrij	mg	130	19
kaliij	mg	485	72
klorid	mg	310	46
kalcij	mg	555	83
fosfor	mg	305	45
magnezij	mg	41	6,1
železo	mg	5,5	0,8
cink	mg	4,7	0,7
baker	µg	315	47
jod	µg	115	17
selen	µg	18	2,7
mangan	µg	105	16
fluorid	µg	23	3,4
<b>vitamini</b>			
vitamin A	µg	465	69
vitamin D	µg	8,8	1,3 *(18%)
tiamin (vitamin B <sub>1</sub> )	µg	400	60
riboflavin (vitamin B <sub>2</sub> )	µg	690	103
niacin	µg	3500	522
pantotenska kislina	µg	2550	380
vitamin B <sub>6</sub>	µg	430	64
biotin	µg	14	2,1
folna kislina	µg	70	10
vitamin B <sub>12</sub>	µg	0,93	0,14
vitamin K	µg	75	11
vitamin C	µg	37	5,5
vitamin E	µg	5,2	0,8

\* Pokriva 18 % dnevni energijskih potreb (skladno s smernicami EU).

Analitične vrednosti sestave so potrjene nihanjem, ki so navadno prisotna pri uporabi naravnih proizvodov.

	100 g prahu	100 ml pripravljene obroka	
galaktooligosaharidi (GOS)	g	3,5	0,5
alfa-linolenska kislina (omega-3)	mg	500	75

### • za otrokove zdrave zobe

Ne pustite, da bi steklenička otroku služila kot nadomestek za tolažilno dudo ali da bi iz nje sesal dlje časa. Tako kot materino mleko vsebuje tudi hrana za dojenčke ogjlikove hidrate, ki lahko ob pogostem in stalnem stiku z zobmi povzročijo nastajanje zobne gnilobe. Otroka čim prej navadite na to, da pije iz skodelice.

**Vsebina: 600 g neto**

**2 vrečki po 300 g**

600 g zadostuje za pripravo približno 20 stekleničk po 200 ml (= 4 l).

**Humana GmbH**  
**D-32046 Herford, Nemčija**  
Poreklo: Nemčija

**Odgovoren za trženje v Sloveniji:**  
PharmaSwiss d.o.o., Brodišče 32, 1236 Trzin  
Telefon: 01 236 47 00, Faks: 01 283 38 10