

# Schemat żywienia dziecka z alergią na mleko krowie

Podstawą żywienia przez cały 1. rok życia dziecka jest karmienie piersią lub karmienie preparatem mlekozastępczym.  
\* Nie należy podawać produktów z mleka krowiego. W potrawach mleko można zastąpić preparatem mlekozastępczym.

wiek dziecka	liczba posiłków na dobę / wielkość porcji***	dobowa objętość posiłków	umiejętności	rodzaj i konsystencja pokarmów	przykłady pokarmów**	preparat
1. mies.	5-6 x 100-130 ml	500-780 ml	• ssanie, • polykanie	• płyny	mleko matki lub preparat mlekozastępczy	Nutramigen 1 LGG *Complete
2-4. mies.	4 x 200 ml	800 ml				

Kolejność wprowadzania nowych produktów należy **indywidualnie dostosować** do potrzeb dziecka z alergią pokarmową i **konsultować z lekarzem**

5-6. mies.	preparat 4 x 230 ml pokarmy uzupełniające 0-1 x 150 ml	preparat 920 ml pokarmy uzupełniające 0-150 ml	<ul style="list-style-type: none"> <li>• początkowe rozdrabnianie pokarmów językiem</li> <li>• silny odruch ssania</li> <li>• wypychanie jedzenia z ust za pomocą języka (reakcja przełykowa)</li> <li>• otwieranie ust przy zbliżaniu łyżeczki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gładkie purée</li> <li>• 4 posiłki z preparatem mlekozastępczym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gotowane, miksowane warzywa (preferowane jako pierwsze zielone np.: brokuł) lub owoce (np. jabłko, banan)</li> <li>• mięso, jajo lub purée ziemniaczane</li> <li>• kaszki/kleiki bezglutenowe</li> <li>• produkty glutenowe (zaczynac od małej ilości)</li> </ul>	Nutramigen 1 LGG* Complete
	6-12. mies.	preparat 2-3 x 230 ml pokarmy uzupełniające 1-2 x 160-220 ml	preparat 460-690 ml pokarmy uzupełniające 160-440 ml	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pobieranie wargami pokarmu z łyżeczki</li> <li>• rozwój koordynacji i umiejętności umożliwiających samodzielne jedzenie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwiększona różnorodność rozdrobnionych lub posiekanych pokarmów</li> <li>• produkty podawane do ręki</li> <li>• 2-3 posiłki z preparatem mlekozastępczym, dodatkowo 1-2 przekąski (np. owoc, pieczywo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zmiksowane/drobno posiekane mięso, ryby</li> <li>• rozgniecione gotowane warzywa i owoce</li> <li>• posiekane surowe warzywa i owoce (np. jabłko, gruszka, pomidor)</li> <li>• miękkie kawałki/cząstki warzyw, owoców</li> <li>• mięsa podawane do ręki</li> <li>• kasze, pieczywo</li> </ul>
> 1 roku	preparat 2 x 230 ml pokarmy uzupełniające 1-2 x 190-220 ml	preparat 460 ml pokarmy uzupełniające 190-440 ml				Nutramigen 2 LGG* Complete
						Nutramigen 3 LGG* Complete

✓ **NAPOJE:** do picia podajemy wodę bez ograniczeń. Soki (100% przecierowe, bez dodatku cukru, pasteryzowane) powinny być rozważane dopiero u dzieci powyżej 1 r.ż. jako element diety i pełnić funkcję dodatku do posiłku lub przekąski. Jednak ich ilość powinna być ograniczona i stanowić maksymalnie około połowę zalecanej dziennej porcji owoców i produktów owocowych.

✓ Suplementacja witaminy D i K zgodnie z rekomendacjami.

**Rodzic / opiekun decyduje CO dziecko zje, KIEDY i JAK będzie podane. Dziecko decyduje CZY posiłek zje i ILE zje.**

Na podstawie: Standardy Medyczne/Pediatrics, 2021, T. 18, 805-822.oraz EUNUTNET 2006: Infant and young child feeding: Standard recommendations for European Union.

\* Celem, do którego należy dążyć jest wyłączenie karmienia piersią przez pierwszych 6 miesięcy życia. \*\* Mleko podawane jest z piersi, butelki ze smokiem lub otwartego kubka. \*\*\* Zgodnie z zaleceniami na etykiecie produktów. † wielkość porcji należy dostosować biorąc pod uwagę czy żywienie zawiera już wystarczającą ilość produktów uzupełniających

**WAŻNA INFORMACJA:** karmienie piersią jest najlepszym sposobem żywienia niemowląt. Nutramigen 1 LGG\* Complete, Nutramigen 2 LGG\* Complete, Nutramigen 3 LGG\* Complete to żywność specjalnego przeznaczenia medycznego i powinny być stosowane pod nadzorem lekarza. LGG\* jest zastrzeżonym znakiem towarowym Chr. Hansen A/S. RKT-M-40822

**Reckitt Benckiser (Poland) S.A.**, ul. Wołoska 22, 02-675 Warszawa, tel. 22 333 31 00, fax 22 333 31 01

**JAK WPROWADZAĆ NOWE PRODUKTY:**

Pojedynczo, w rosnącej ilości w kolejnych porcjach (zaczni od łyżeczki), 1 nowy produkt na 3 dni.

Jeśli pojawią się niepokojące objawy wycofaj produkt, zapisz czas, objawy i skonsultuj się z lekarzem.