

ДИТЯЧЕ ХАРЧУВАННЯ
Агуша

МЕНЮ МАЛЮКА





Для батьків та їх малюків

Обираючи дитяче харчування «Спеціалізованого заводу Агуша», Ви можете бути впевненими в його якості і безпечності для здоров'я малюка.

Молоко екстра-класу зі спеціалізованих фермерських господарств «АгроЕкологія» на Полтавщині та «Пісківське».



Фруктові наповнювачі від ведучого європейського виробника «Аграна Фрут» із фруктів та ягід, вирощених на мальовничій Вінницчині.



Спеціалізоване виробництво з використанням сучасних європейських технологій, яке відповідає вимогам ЗУ «Про дитяче харчування».



Виробництво відкрите для відвідування мам і дітей, а також педіатрів – кожний може перевірити якість і безпечність продуктів. На сайті agusha.com.ua можна записатися на екскурсію та отримати консультацію лікаря.



Вигодовування та харчування дитини віком 6-12 місяців

У віці 6 місяців грудне молоко залишається основним продуктом харчування дитини, але виникає необхідність у розширенні раціону харчування дитини та введенні до нього додаткових продуктів (прикорму).

Прикорм – це продукти харчування, які вводяться як доповнення до грудного молока (або молочної суміші у разі штучного вигодовування) на першому році життя дитини.

Для того, щоби малюк добре сприйняв прикорм, важливо виконати наступні умови:

1. Продукти для прикорму повинні мати однорідну консистенцію, не містити окремих шматочків їжі та мати прийнятну для споживання температуру (36-37°C).
2. Починай давати прикорм тоді, коли дитина голодає й активна (під час сніданку або обіду), використовуючи ложку.
3. Під час годування з ложки тримай малюка у вертикальному положенні (на руках, на колінах у матері, або у спеціальному стільчику).
4. Починай введення прикорму з невеликої кількості (на кінчику чайної ложки, збільшуючи поступово з 1 чайної ложки за 5-7 днів до повної порції).
5. Після того, як дитина отримала прикорм, її доцільно прикладти до грудей.
6. Перед введенням прикорму потрібно впевнитись у готовності дитини до цього:
 - дитина тримає голову;
 - дитина може сидіти практично без підтримки (в стільчику для годування або на колінах у матері);
 - дитина відкриває рот, коли підносять ложку з їжею;
 - дитина закриває рот з ложкою в роті, тримає їжу в роті, а потім ковтає.

Перевага надається грудному вигодовуванню. Перед початком годування дитини до 1 року необхідно проконсультуватися з лікарем-педіатром.



Дитяче харчування

Агуша

Вік дитини

Періодичність
годування

Меню годування

Поради

6 місяців

До 6 разів на добу (з нічними годуваннями).

Грудне молоко або суміш у разі штучного вигодовування.

У проміжках між годуваннями.

Початок введення фруктового соку та пюре. Починаючи з 1/2 чайної ложки, поступово доведи до 40-50 мл на день.

Замінити 1 годування.

Овочеве пюре (50-100 г) вводь поступово, починаючи з 2-3 чайних ложок.

Починай з одного виду овочів (кабачки, гарбуз, картопля, капуста, патисони) або фруктів (яблука, персики, абрикоси, сливи), негострих на смак. Лише після того, як дитина отримала кожен з них окремо, щонайменше впродовж 5 днів, можна їх змішувати. Якщо починаєш з пюре промислового виробництва – слідкуй, щоб у його складі не було цукру та крохмалю.



Дитяче харчування

Агуша



Дитячі соки

Дитячі соки Агуша не містять штучних додавань, барвників та цукру. Соки Агуша представлені у різних упаковках. Скляні пляшечки 150 мл – саме для немовлят. А з картонної упаковки 200 мл із соломинкою зручно пити самостійно!



Яблучний освітлений сік 150 мл
Яблуко-шипшина освітлений сік 200 мл

Фруктові пюре

В асортименті Агуша є однокомпонентні фруктові пюре (яблуко, груша), які ідеально підходять для первого прикорму, та різноманітні двокомпонентні пюре (груша-яблуко, яблуко-персик, яблуко-банан). Фруктові пюре Агуша не містять крохмалю та цукру.



Грушеве пюре 200 г
Яблучне пюре 115 г





Дитяче харчування

АГУША

Вік дитини

Періодичність годування

Меню годування

Поради

До 4-5 разів на добу (з нічними годуваннями).

Грудне молоко або суміш у разі штучного вигодовування.

Починай з каші, яка містить одну крупу, бажано з підвищеним вмістом заліза (рисова або гречана). Потім вводь каші з інших круп (кукурудзяна, вівсяна).

Кашу можна перемішувати з улюбленим фруктовим пюре. Адже так смачніше!

В овочеве пюре додай 1/2 чайної ложки олії, сіль додавати не потрібно.

Соки не треба розводити водою чи додавати цукор.

Замінити 1 годування.

Каша молочно - круп'яна (50-100 г). За необхідності догодуй грудним молоком.

Замінити 1 годування.

Овочеве пюре (150 г).

У проміжках між годуваннями.

Фруктове пюре (60 мл) або сік (50 мл).

Замінити 1 годування.

Сир кисломолочний (30 г). За необхідності догодуй грудним молоком.

7 місяців



Дитяче харчування

АГУША



Соки з м'якоттю

Однокомпонентні яблучний та грушевий соки подобаються більшості дітей. Різноманітні поєднання фруктів (яблуко-персик, яблуко-груша, яблуко-абрикос, яблуко-банан та мультифрукт) дають можливість вибрати найкращий смак для Вашої дитини.



Яблучний сік
з м'якоттю
200 мл

Сік яблуко-абрикос
з м'якоттю
200 мл



Сир дитячий класичний
50 г

Сирки

Сирки Агуша виробляються методом ультрафільтрації, завдяки чому в них зберігається висока концентрація сироваткових білків. Вони забезпечують продукту високу харчову цінність та більш ніжну консистенцію у порівнянні з сиром для дорослих.



Дитяче харчування

АГУША

8 місяців

Вік дитини	Періодичність годування	Меню годування	Поради
	До 4-5 разів на добу (з нічними годуваннями).	Грудне молоко або суміш у разі штучного вигодовування.	Змішані каші з декількома видами круп вводь лише після того, як дитина вже отримувала каші, з кожною крупою окремо.
	Замінити 1 годування.	Каша молочно-злакова (100-150 г). За необхідності догодуй грудним молоком.	М'ясне пюре вводь поступово, сіль додавати не потрібно. Рекомендоване дитині м'ясо: курятіна, індичатина, крільчатина, телятина.
	Замінити 1 годування.	Овочеве пюре (150 г), м'ясне пюре (30 г), 1/8-1/4 жовтка (двічі на тиждень).	Спробуй сирок Агуша з фруктовими наповнювачами.
	Замінити 1 годування.	Сир кисломолочний (40 г), 1 печиво, фруктове пюре (70 мл).	Спробуй кефір Агуша або питний йогурт Агуша з пребіотиками. Починай з класичного смаку, поступово, з 1 чайної ложки.
	Замінити 1 годування.	Кефір або йогурт (50-100 мл). За необхідності догодуй грудним молоком.	Спробуй кефір Агуша або питний йогурт Агуша з пребіотиками. Починай з класичного смаку, поступово, з 1 чайної ложки.

Дитяче харчування

АГУША

Сирки

В асортименті дитячих сирків з фруктовими наповнювачами Агуша є однокомпонентні сирки (груша та гарбуз) масою 50 г для маленьких карапузиків. Двокомпонентні (абрикос-морква, яблуко-банан) та однокомпонентні масою 100 г для дітей з 12 місяців.



Сир дитячий
груша
50 г

Сир дитячий
гарбуз
50 г



Кефір дитячий, 3.2%
200 мл

Кефір

Дитячий кефір «Агуша» виробляється: з молока сорту екстра, на спеціалізованому виробництві, з додаванням живої кефірної закваски. Кефір «Агуша» має ніжний смак без вираженої кислинки і тому, ми впевнені, він сподобається вашому малюкові!





Дитяче харчування

АГУША

Вік дитини

Періодичність годування

Меню годування

Поради

До 4-5 разів на добу (з нічними годуваннями).

Грудне молоко або суміш у разі штучного вигодовування.

Замінити 1 годування.

Каша молочно-злакова (180 г). За необхідності догодуй грудним молоком.

Замінити 1 годування.

Овочеве пюре (180 г), м'ясне пюре (50 г), 1/2 жовтка (двічі на тиждень), хліб пшеничний (5 г).

Замінити 1 годування.

Сир кисломолочний (40 г), 1 печиво, фруктове пюре (80 мл). За необхідності догодуй грудним молоком.

Замінити 1 годування.

Кефір або йогурт (150 мл). За необхідності догодуй грудним молоком.

9 місяців



Питний йогурт полуниця-банан з пребіотиками та вітамінами 200 г



Молоко дитяче з вітамінами А та С, 3,2% 200 мл



Питні йогурти

Питні йогурти Агуша виробляються з натуральних компонентів, не містять консервантів, штучних барвників та ароматизаторів. Йогурти одержані скващуванням молока екстра-класу, збагачені вітамінами. Містять пребіотичні культури, що сприяють росту біфідобактерій та формуванню здорової мікрофлори кишківника малюка.

Молоко

Усі молочні продукти Агуша виробляються з натурального молока вищої якості. Молоко можна вживати як окремо (без додаткової теплової обробки), так і використовувати для приготування каш або інших страв.

10-12 місяців



Вік дитини	Періодичність годування	Меню годування	Поради
	До 2-3 разів на добу (з нічними годуваннями за бажанням дитини).	Грудне молоко або суміш у разі штучного вигодовування.	
Замінити 1 годування.	Каша молочно-злакова або молочно-круп'яна (200 г).		<p>В овочеве пюре додай 1 чайну ложку олії.</p> <p>Необхідно давати дитині рибу, яка також є джерелом заліза.</p> <p>Починай з нежирних сортів риби.</p>
Замінити 1 годування.	Овочеве пюре (200 г), м'ясне пюре (50-60 г) або рибне пюре (двічі на тиждень), 1/2 жовтка (двічі на тиждень), хліб пшеничний (10 г).		
Замінити 1 годування.	Сир кисломолочний (50 г), 1 печиво, фруктове пюре (90-100 мл). За необхідності догодуй грудним молоком.	Спробуй сирок Агуша з фруктовими наповнювачами.	
Замінити 1 годування.	Кефір або йогурт (150 мл). За необхідності догодуй грудним молоком.	Спробуй питний йогурт Агуша з фруктовими наповнювачами.	



Соки «Я САМ»

Нові смаки в цікавій упаковці сподобаються дітям, а розвиваючі ігри на оберті допоможуть мамі зробити процес прийому їжі веселим та захоплюючим.



Сік мультифрут
з м'якоттю
500 мл

Сік мультифрут
з м'якоттю
200 мл



Морс ягідний збір
500 мл

Морс

У морсі «Ягідний збір» «Я САМ» прекрасно поєднуються смаки чорниці, брусниці, журавлини, ожини та винограду. Морс «Ягідний збір» «Я САМ» вироблено без додавання цукру. Технологія виробництва подібна до приготування морсу в домашніх умовах.



після 1 року

Вік дитини	Періодичність годування	Меню годування	Поради
	Сніданок.	Каша молочно-злакова або молочно - круп'яна (200 г) на молоці або сир (150 г), фрукти та печиво.	У віці 9-12 місяців, якщо дитина вже отримує всі запропоновані продукти прикорму, можеш давати їй цільне коров'яче молоко 3,25% жирності.
	Обід.	Овочевий суп (100 мл), картопляне пюре або каша (150 г) з м'ясним (50-60 г) або рибним пюре (двічі на тиждень), 1 жовток (двічі на тиждень), хліб пшеничний (10 г).	Не давай дитині віком до 2 років молоко та молочні продукти зі зниженим вмістом жиру (1-2%) або знежирені.
	Полудник.	Йогурт (150-200 мл), 1 печиво, фруктове пюре (90-100 мл).	Обов'язкові перекуси між годуваннями: сир твердий (30 г), печиво, фрукти свіжі, фруктові пюре, соки.
	Вечеря.	Кефір або йогурт (150 мл), або каша молочно-злакова, або молочно-круп'яна (200 г)	За необхідності догодуй грудним молоком.

Меню для малюка розроблено згідно з рекомендаціями Ірини Миколаївни Матвієнко на підставі положень Наказу МОЗ України №149 від 20.03.2008 «Про затвердження Клінічного протоколу медичного догляду за здорововою дитиною віком до 3 років».

Перед введенням нових продуктів до раціону малюка слід проконсультуватися із педіатром.

Отримати додаткову консультацію педіатра можна на сайті agusha.com.ua.



Ірина Миколаївна Матвієнко – кандидат медичних наук, педіатр, старший науковий співробітник відділення медичних проблем здорової дитини та преморбідних станів ІПАГ АМН України.

**Орієнтовна схема введення продуктів та страв прикорму
при природньому вигодовуванні дітей першого року життя***

Продукти і страви прикорму	Термін введення (місяці)	Об'єм залежно від віку дитини				
		6	7	8	9	10-12
Сік (фруктовий, ягідний, овочевий), мл	6	30-50	50-70	50-70	80	100
Фруктове пюре, мл	6	40-50	50-70	50-70	80	90-100
Овочеве пюре, г	6	50-100	150	170	180	200
Молочно-круп'яна каша, г	6-7	50-100	100-150	150	180	200
Молочно-злакова каша, г	7-8					
Кисломолочні продукти, мл	8-9			50-100	100-150	150-200
Сир, г	6,5-7,5	5-25	10-30	30	30	50
Яєчний жовток, шт	7,0-7,5		1/8-1/4	1/4-1/2	1/2	1/2-1
М'ясне пюре, г	6,5-7,0	5-30	30-50	50	50	50-60
Рибне пюре, г	8-10			10-20	30-50	50-60
Олія, чайна ложка	6	1/2	1/2	1	1	1
Вершкове масло, ч. ложка	6-7	1/2	1/2	1	1	1
Хліб пшеничний, г	8-9			5	5	10