

# Способ приготовления



Вымойте руки и возьмите чистую посуду.

Налейте в чистую тарелочку 160 мл зрудного молока температурой 37 °С или детской смеси. Если для приготовления каши вы используете детскую смесь, прокипятите питьевую воду в течение 5 минут, дайте ей остыть до 40 °С и растворите необходимое количество детской смеси. Если для приготовления каши вы используете питьевую воду<sup>5</sup>,



вскипятите ее в течение 5 минут и дайте ей остыть до 40 °С. Налейте в чистую тарелочку 160 мл воды.

**Не варите! Кормите ребенка чистой ложкой. Кашу следует готовить непосредственно перед каждым кормлением. Не храните оставшуюся после кормления разведенную кашу.**



Насыпьте рекомендуемое количество сухой каши - 25 г (5 столовых ложек) в отдельную чашку. Постепенно добавляйте в тарелочку с зрудным молоком, водой или детской смесью сухую кашу, непрерывно помешивая.



Перемешайте кашу до однородного состояния.

**Начинайте вводить прикорм с 1 столовой ложки каши, разведенной 4-5 ложками зрудного молока, воды или детской смеси, на которой находится ребенок. Постепенно увеличивайте количество каши до одной целой порции.**

<sup>5</sup>При разведении водой каша не обеспечивает необходимую пищевую ценность рациона. Проконсультируйтесь с врачом для коррекции рациона.