



رائعة المذاق

وصفات ونصائح عن كيفية تقديم الأطعمة الصلبة إلى الرُّضْع المصابين
بالحساسية تجاه حليب البقر



1 نمو الطفل المصاب بالحساسية تجاه حليب البقر 4

1

6 _____ استعمال الغذاء لحليب Neocate® في حالة الإصابة بالحساسية تجاه حليب البقر

2 قومي بتجربة شيء جديد 8

2

10 _____ خمس قواعد لإدخال الأطعمة الجديدة

11 _____ إدخال الأطعمة الصلبة في ثلاث خطوات سهلة

13 _____ خطة التغذية الخاصة بالحساسية تجاه حليب البقر

14 _____ نصائح تتعلق بالتغذية اليومية الخالية من منتجات الألبان

3 الأسئلة الشائعة 16

3

18 _____ ماذا عليّ أن أفعل إذا أصيب طفلي بتفاعل تحسسي؟

19 _____ لمر بعد طفلي يشعر بالشيء على الإطلاق - ما الذي يمكنني أن أفعله؟

19 _____ ما الذي يمكنني أن أعطيه لطفلي ليشربه؟

4 وصفات Neocate® 20

4

22 _____ نصائح بشأن تحضير وصفات باستخدام Neocate®

24 _____ فهرس الوصفات

26 _____ الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 5 أشهر والأكثر سنًا

28 _____ الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 6 أشهر والأكثر سنًا

31 _____ الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 7 أشهر والأكثر سنًا

33 _____ الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 10 أشهر والأكثر سنًا

35 _____ الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر ستة والأكثر سنًا



أعزائي والديّ الطفل،

من الممكن أن يكون إدخال الأطعمة الصلبة والانتقال إلى وجبات العائلة، فترة يشوبها التوتر لكل أفراد العائلة، حين يكون الطفل مصابا بالحساسية تجاه حليب البقر .

أخصائي تغذية خبير، فإنه يتضمن أيضًا إرشادات عن كيفية إدخال أطعمة جديدة، مع عدد من النصائح الخاصة بالتغذية الخالية من منتجات الألبان في الحياة اليومية.

أفضل التمنيات لكما ولطفلكما!

قام طبيب الأطفال الخاص بكم بوصف حليب Neocate لطفلك، لأنه تم تشخيص حالته على أنه مصاب بالحساسية تجاه حليب البقر CMA. لكنّ ذلك ليس داعيًا للقلق. يمكنك إدخال الأطعمة الصلبة إلى غذاء طفلك بشكل طبيعي، تمامًا كما هو الحال مع أي طفل آخر - فقط بدون استخدام حليب البقر. هذا الدليل مصمم ليدعمك في قراراتك اليومية المتعلقة بالتغذية، خلال كل مراحل النمو الأساسية لطفلك. بالإضافة إلى الوصفات الأساسية الخالية من منتجات الألبان لإعداد وجبات الطفل، والوصفات الأخرى طيبة المذاق باستخدام Neocate®، والتي تم تصميمها خصيصًا بالتعاون مع

فريق عمل نيوكيت

1

نمو الطفل المصاب بالحساسية تجاه حليب البقر

هنا في شركة Nutricia، نحن نريد

أن يتلقى طفلك جميع المغذيات الضرورية في كل مرحلة من مراحل نموه/نموها، بأفضل ما يمكن - حتى في حالة الاستغناء عن حليب البقر - بحيث يمكنه/يمكنها أن ينمو بشكل طبيعي جدًا. لذا فقد قمنا بتطوير مفهوم خطوة بخطوة الخاص بحليب Neocate®، بالاستعانة بمنتجات تم تكييفها خصيصًا لعمر طفلك، وبذلك سيتلقى طفلك جميع المغذيات الضرورية والملائمة لعمره/لعمرها، بينما يظل يتمتع بالحماية ضد جميع التفاعلات التحسسية.



الاستعمال الغذائي لحليب Neocate® في حالة الإصابة بالحساسية تجاه حليب البقر

يلعب لبن الأم، أو أغذية الأطفال، دورا مهما في غذاء طفلك، لأنه يحتوي على كل
المغذيات الضرورية المطلوبة لنمو الطفل ومراحل تطوره.



بدءاً من عمر سنة - Neocate® Junior

بينما يأخذ طفلك في التعود على نظام تغذية مختلط، يلعب لبن الأم، و/أو حليب الرُّضْع، أو بدائل الحليب مثل Neocate®، دوراً رئيسياً كمصدر للمواد الغذائية الضرورية. وحتى بعد إدخال الأطعمة الصلبة، وبعد السنة الأولى من عمر الطفل، يبقى الحليب يمثل مصدراً أساسياً للمواد الغذائية. الأطفال الذين يعتمدون على نموهم على نظام غذائي خالٍ من منتجات الألبان، يكونون معرضين لخطر سوء التغذية كنتيجة لهذا القيد. يوفر حليب Neocate® Junior التغذية الملائمة لاحتياجات طفلك، إلى جانب كونه الحل المثالي للمطالب المتزايدة لطفلك من المواد الغذائية بعد السنة الأولى من عمره.

ولضمان أن ينمو الطفل بالشكل المناسب لمرحلته العمرية، فإن حليب Neocate® Junior يحتوي على كميات أكبر من المواد الغذائية الضرورية مثل الكالسيوم، والحديد، وفيتامين D، والفوسفور والزنك.

توصي منظمة الصحة العالمية بأن إرضاع الأطفال رضاعة طبيعية، لأن لبن الأم هو أفضل صورة للتغذية، وهو يوفر للأطفال كل المواد الغذائية التي يحتاجون إليها. بالنسبة للأطفال الذين لديهم حساسية تجاه حليب البقر، ممن لا يتم إرضاعهم رضاعة طبيعية، يوصي أطباء الأطفال بإعطاء الطفل تركيبة حليب خاصة مثل Neocate®. Neocate® جميع منتجات Neocate® خالية تمامًا من حليب البقر، ولذا، فهي لا تسبب تفاعلات تحسسية. بالإضافة إلى ذلك، يحتوي حليب Neocate® على جميع المغذيات الحيوية التي يحتاجها طفلك، لينمو في مرحلته العمرية المناسبة.

بدءاً من الولادة وما بعدها -

تقدم حليب Neocate® Syneo وحليب Neocate® Infant

يقدم كل من حليب Neocate® Syneo وحليب Neocate® Infant التركيبة المثالية للأطفال خلال السنة الأولى من عمرهم، ويمكن أن يُستعمل بدءاً من مولد الطفل وما بعد ذلك، بناءً على نمو الطفل، يمكن إدخال الأطعمة الصلبة بالتدرج بين الشهر الخامس والشهر السابع من عمر الطفل. يجب أن تكون الأطعمة الصلبة خالية من الحليب من أجل أن يستمر نمو الطفل دون مواجهة أي مشاكل. من الممكن أن يحل Neocate® محل حليب الأطفال التقليدي، أو حليب البقر، في النظام الغذائي لطفلك، ويمكن إضافته إلى الأطعمة الأخرى التي يتم تناولها جيداً من قبل الطفل.



إذا تم شرب كمية كافية من حليب Neocate®، فليس من الضروري إضافة المكملات الغذائية إلى الأطعمة الصلبة أيضاً. قمر باستشارة طبيب الأطفال.



2

قومي بتجربة شيء جديد



من الضروري أن تتوخي الحذر حين تقومين بإدخال أغذية الأطفال، أو الأطعمة الصلبة، إلى النظام الغذائي لطفلك.

بناءً على نمو الطفل، يمكن إدخال الأطعمة الصلبة بين الشهر الخامس والشهر السابع من عمر الطفل. ابدئي بكميات صغيرة لتكتشفي ما إذا كان طفلك يتحمل الطعام الجديد بشكل جيد. يجب أن تقومي باستشارة طبيب الأطفال قبل البدء في إدخال الأطعمة الصلبة.



حركة دفع الطعام التي يقوم بها طفلك باللسان حين يبدأ في مضغ الطعام للمرة الأولى، تساعد أيضاً في تطور قدرته على الكلام.

خمس قواعد لإدخال الأطعمة الجديدة

الأطعمة. بسبب احتوائه على الإستروجين النباتي، الفيتو إستروجين، يجب عدم إعطاء الصويا للأطفال في عمر أصغر من عام واحد.

بالنسبة للأطفال المصابين بحساسية تجاه الأطعمة، يجب توخي الحذر عند إدخال الأطعمة ذات القابلية العالية لإحداث الحساسية مثل البيض، والسّمك، والمكسرات. ويجب استشارة طبيب الأطفال أولاً، قبل إدخال هذه

1 قومي بإدخال نوع واحد فقط من الأطعمة الجديدة في المرة الواحدة -
و فقط حين يكون طفلك بصحة جيدة.

هذا سيساعدك في أن تحددى سريعاً ما إذا كان طفلك يتحمل هذا الطعام الجديد بشكل جيد. ويمكن بعد ذلك التمتع السريع لأي تفاعلات تحسسية أو عدم تحمل يعاني منه الطفل وربطه بالطعام الجديد.

2 ابدئي بالأطعمة المستبعد أن تسبب أي تفاعلات تحسسية.

قومي باستشارة طبيب الأطفال أو أخصائي التغذية، الجزر، أو البطاطس، أو الدجاج، أو الفواكه هي الأطعمة التي تستخدم عادة عند إدخال الأطعمة الصلبة. يمكن أيضاً في البداية إدخال رقائق حبوب الإفطار المهروسة (السريال)، والمخلوطة مع حليب Neocate®.

3 تمهلي قليلاً حين يتعلق الأمر بإدخال أطعمة جديدة.

اتركي فترة بضعة أيام قبل إضافة طعام جديد آخر لغذاء الطفل. قومي بمناقشة الأمر مع طبيب الأطفال الخاص بكم أو أخصائي التغذية.

4 في البداية، قومي بإعطاء طفلك كميات صغيرة فقط من الطعام الجديد.

ابدئي بإعطائه قطعاً بحجم اللقمة الصغيرة، إذا لم تظهر على طفلك أي أعراض، قومي بالتدريج بزيادة الكمية على مدار عدة أيام.

5 استمري في إعطاء طفلك الأطعمة التي يمكنه أن يتحملها، هو/هي.

ودائماً بالطبع، دون إعطائه أي حليب.

إدخال الأطعمة الصلبة في ثلاث خطوات سهلة

1 ابدئي برفق

المعتادة إذا نصح بذلك طبيب الأطفال/أخصائي التغذية، في حالة ما إذا كان طفلك يعاني من مشكلة تقبل الطعام، أو لا يأكل ما يكفي، و/أو لا يستطيع أن ينمو.

إذا كنت تعطين طفلك الأطعمة الصلبة للمرة الأولى، فإن قوام الطعام الصحيح يعدُّ أمرًا مهمًا. أفضل طريقة للبدء في هذا التحول، هي أن تبدئي بالطعام اللين، والمهروس، ومعتدل المذاق. لا توجد ضرورة لمزج حليب® Neocate مع جميع الوجبات. خلال السنة الأولى من عمر الطفل، يستخدم حليب® Neocate للصناعة الصناعية (بزجاجة الإرضاع)، ولتحضير أنواع بودينغ الحليب. فيما بعد، حين ينتقل الطفل إلى وجبات الأسرة، يمكن أن يتم تناول® Neocate أيضًا من الفئجان، على سبيل المثال مع الوجبات القائمة على الخبز، مثل الموسلي، أو حتى كمخفوق للفواكه في فترة ما بعد الظهر. إذا كان ذلك ضروريًا، يمكن إضافة® Neocate أيضًا إلى الأطعمة

2 قطع كبيرة من الطعام

لا تتركي طفلك وحده أبدًا حين يتناول الطعام. في كل الأحوال، يكون الأمر أكثر إمتاعًا حين تقومون بتجربة الأشياء الجديدة معًا!

بمجرد أن يعتاد طفلك على القوام اللين للطعام، يمكنك أن تبدئي في تجربة الأطعمة التي يكون قوامها أغلظ قليلًا.

• قومي بهرس الطعام، أو بشره، أو تقطعيه إلى مكعبات صغيرة.

• دعي طفلك يقوم بإطعام نفسه، مهما كانت درجة الفوضى التي سيخلفها.

• تأكدي، كما سبق، من أنك لا زلت تعطين طفلك الكمية الموصوفة له من حليب® Neocate كل يوم، كبديل عن الوجبات القائمة على الحليب.



استمري في استخدام® Neocate
كبديل للحليب



اكتشاف تناول الطعام باليد

تناول الطعام بالأصابع

3

الخضروات

مطهية على البخار ومقطعة إلى شرائح

الفواكه

مقشرة ومقطعة إلى قطع يسهل التعامل معها

شرائح طرية من اللحم

مطهية ومقطعة إلى شرائح، مثل لحم الديك الرومي، الدجاج، لحم

الخنزير، أو اللحم البقري

الأطعمة الجاهزة مثل البقسماط، والبسكويت، والخبز، كثيرًا ما تحتوي على كميات خفية من بروتين حليب البقر، ولذا فهي لا تصلح للأطفال المصابين بالحساسية تجاه حليب البقر. ولهذا، يجب القيام بفحص قائمة المكونات الخاصة بالطعمة، عند التسوق. في أغلب الأحيان، توجد بدائل خالية من منتجات الألبان.

لقد قمنا بجمع بعض الأفكار الجيدة للطعمة الخالية من منتجات الألبان، والتي يمكن أن تساعد طفلك على استكشاف إمكانية أن يأكل بيده.

نصائح إضافية



- تحضر الأطعمة الصلبة بنفسك هو أمر مفيد إذا كان طفلك مصابًا بالحساسية تجاه الأطعمة، لأنه يمكنك في هذه الحالة أن تختاري بنفسك نوعية المكونات، كما يمكنك أن تتبقي من أن الطعام خالي تمامًا من حليب البقر. ومع ذلك، فكثير من البرطمانات التي تحتوي على أغذية الأطفال لا تزال مناسبة لطفلك. قومي دائمًا بفحص قائمة المكونات بعناية حين تقومين بالتسوق - لأن مكونات الحليب يتم الإشارة إليها.
- الوجبات التي تم تحضيرها دون إدراج حليب *Neocate*، يمكن حفظها داخل البراد، وتعتل لطفلك فيما بعد، أو في اليوم التالي. يجب دائمًا إضافة حليب *Neocate* طازجًا، قبيل إطعام طفلك.
- يمكن تجميد الأطعمة المهروسة بسهولة في أدرج مكعبات الثلج، وإذابة التجميد عند الحاجة لذلك. يجب إضافة حليب *Neocate* بعد إذابة التجميد.
- تجني المواد المنكهة، والألوان الاصطناعية، والإضافات (كالأشباب، والتوابل، ومكعبات المرققة، والملح والفلفل).
- تأكدي، أن طفلك لا يزال يتناول الكمية الموصوفة له من *Neocate*، كبديل عن الوجبات القائمة على الحليب.

خطة التغذية

للأطفال والرضع

الخطوة	الحليب	مرحلة الأطعمة الصلبة	الانتقال إلى وجبات العائلة	وجبات العائلة
في الصباح الباكر	متنصف الصباح	متنصف اليوم	بعد الظهر	المساء
Neocate® Junior مع الإفطار	Neocate® Junior مع الإفطار	Neocate® Syneo/Infant مع الإفطار	Neocate® Syneo/Infant مع الإفطار	Neocate® Junior مع الحساء
وجبة خفيفة**	وجبة خفيفة*	وجبة خفيفة*	وجبة خفيفة**	وجبة خفيفة**
لحم، وبطاطس، وكشمرات مهروسة*	المصيدة البروننج) المصنوعة من الحبوب والبقاوة، والفواكه، والخايرة من منتجات الألبان	لحم، وبطاطس، وكشمرات مهروسة*	وجبة خفيفة**	وجبة خفيفة**
لين الذر ماو® Neocate، Syneo/Infant، حسب الحاجة، مواءًا على المعتاد اليوم	لين الذر ماو® Neocate، Syneo/Infant، حسب الحاجة، مواءًا على المعتاد اليوم	لين الذر ماو® Neocate، Syneo/Infant، حسب الحاجة، مواءًا على المعتاد اليوم	لين الذر ماو® Neocate، Syneo/Infant، حسب الحاجة، مواءًا على المعتاد اليوم	لين الذر ماو® Neocate، Syneo/Infant، حسب الحاجة، مواءًا على المعتاد اليوم
5 - 1	5 - 1	5 - 1	5 - 1	5 - 1
أكثر من 3 سنوات	أكثر من سنتين	أكثر من سنة	12	11
12	11	10	9	8
7	6	6	6	6

(المصدر: مقبوس من "Forchungsanstalt für die Kinderehrnahrung" معهد أبحاث تغذية الطفل)
 * يتم تحضيرها مع Neocate Syneo/Infant كبدل للحليب، إذا كان ذلك ينطبق
 ** يتم تحضيرها مع Neocate Junior كبدل للحليب، إذا كان ذلك ينطبق

شعر السنة

نصائح تتعلق بالتغذية اليومية الخالية من منتجات الألبان

قومي بإبلاغ جميع أفراد الأسرة، وأي شخص يقوم برعاية طفلك. وبهذا، يمكنك أن تمنعي الآخرين من إعطاء طفلك أي أطعمة تحتوي على بروتين الألبان دون قصد.

بينما يتحول النظام الغذائي لطفلك ببطء نحو وجبات العائلة، ستصح المواد الغذائية الخالية من منتجات الألبان تحديًا يوميًا متزايدًا، لأن الكثير من الأطعمة المعتادة تحتوي على نسبة ضئيلة من الحليب.

يجب أن تقومي دائمًا بفحص قائمة المكونات الخاصة بالأطعمة، حين تقومين بالتسوق. يجب أن تقومي بتمييز مثيرات الحساسية في قوائم المكونات الخاصة بالأطعمة. بالنسبة للأطعمة الطازجة، تأكدي من قيامك بالسؤال عنها. يجب أن تقومي أيضًا بالحصول على استشارة مفصلة من طبيب الأطفال الخاص بك، وأخصائي التغذية.



ما هي الأطعمة غير المسموح بتناولها؟

- الزبد/الزبد المصفى
- القشدة الحامضة
- الحليب الرائب/حليب الكفير
- الحليب كامل الدسم/أو المجفف
- القشدة الطازجة
- حليب الماعز/حليب الغنم/حليب الفرس
- الحليب الحامض
- عصائر الفواكه التي تحتوي على مصلى الحليب
- الزبادي
- جميع أنواع الجبن
- الحليب الكمكف (المركز)
- الحليب المقشود/أو المجفف
- قشدة الحليب
- القشدة المُرَكَّبَة (الكرمية اللباني)/القشدة السائلة (المخففة)/الكوارك/الروب (خثارة الحليب)
- الحليب ومنتجات الألبان الخالية من اللاكتوز
- الحليب المجفف/جوامد الحليب غير الدهنية
- مصلى الحليب/مسحوق مصلى الحليب/بروتين مصلى الحليب



ما هي الأطعمة المسموح بتناولها؟

- اللحوم (مثل لحم الخنزير المعالج، شرائح لحم الخنزير (هام) المدخن، لحم صدر الديك الرومي)
- السمك
- البيض
- الدهون (مثل المارجرين (الزبد النباتي) الخالية من منتجات الألبان، الزيوت)
- حبوب الإفطار
- الخبز ومنتجات المخبوزة (مثل أنواع الخبز الخالية من منتجات الألبان، المنتجات المخبوزة، وكعكات الأرز)
- المعكرونة/الأرز
- البطاطس/الخضروات/الفواكه
- البقول
- الدهانات (سبريد) (الحلوة) (مثل المربي، والعسل [لمن هم أكبر من عام واحد]، وشراب السكر)
- الدهانات (سبريد) (الخضرية (النباتية))
- الحلوى (مثل علكة الفواكه، الجيلي، الفشار، الحلوى المتلجة والخالية من منتجات الألبان، أصابع برتزل، الشيكولاته الخالية من منتجات الألبان)

قومي دائما بفحص العبوة!

من الممكن أن يوجد الحليب الخفي في الكثير من المنتجات. من الضروري تجنب المكونات المذكورة أدناه، عند أتباع نظام غذائي خالٍ من منتجات الألبان.

- كازين الكالسيوم
- مركز الكازين/ناتج التحليل المائي للكازين
- الكازين/الحليب المجفف
- الكازين المتحلل مائياً
- مصّل الحليب المتحلل مائياً
- ألبومين الحليب
- فوسفات ألبومين الحليب
- لاكتوغلوبولين
- لاكتوز/سكر الحليب
- لاكتولوز
- حليب الشعير
- ناتج التحلل المائي للبروتين

يستحق الأمر أن تفكري جدياً

في الأطعمة التالية المعدّة بغرض الاستمتاع!

بالنسبة للأشياء غير المعبأة مسبقاً، مثل منتجات المخابز، أو محلات الجزارة، يرجى أن تقومي دائماً بالسؤال عما إذا كانت تحتوي على الحليب، أو منتجات الألبان.

- منتجات اللحوم (مثل كرات اللحم، مقانق الكبد، المقانق المسلوقة، وشرائح الخنزير المطهية)
- منتجات الأسماك (مثل سلاطة السمك، والسمك المتبل)
- منتجات البيض (مثل فطائر البانتيك، والشبتزل (Spätzle))
- الخبز/المنتجات المخبوزة (مثل لفائف أو أقراص الحليب، البقسماط، والمعجنات)
- أنواع مزيج الموسلي (مثل موسلي الشيكولاته)
- أطباق المعكرونة والأرز
- منتجات البطاطس (مثل أصابع البطاطس المقلية (كروكيت)، البطاطس المهروسة)
- تراكيبات الخضروات (مثل الخضروات بالكريمة)
- الدهانات (سبريد) الحلوة (مثل دهان البندق)
- المشروبات (مثل المشروبات سريعة التحضير)
- الحلوى (مثل الشيكولاته، والحلويات، والعرقسوس)
- أشياء أخرى: أنواع الصلصات، أنواع الحساء، البيتزا، الحلويات، أنواع صلصة السلطات، المايونيز، والكاتشب

3

الأسئلة الشائعة





الأسئلة الشائعة

ماذا عليّ أن أفعل إذا أصيب طفلي بتفاعل تحسسي؟



- توقفي عن محاولة إعطاء هذا الطعام على الفور.
- قومي بتدوين ملاحظة عن تاريخ حدوث التفاعل التحسسي، والأعراض المصاحبة له، بالإضافة إلى الوقت الذي حدثت فيه الأعراض بعد تناول الطعام.
- قومي بمناقشة الأمر مع طبيب الأطفال أو أخصائي التغذية.
- انتظري فترة تتراوح بين 1-3 أيام، قبل محاولة إدخال نوع جديد آخر من الطعام.

”هل يجب علي أن أحاول إعطاء طفلي الأطعمة التي تسبب الحساسية مرة أخرى؟“

مرة أخرى في طعامه. في حال حدوث تفاعلات تحسسية، يجب دائما القيام بالمحاولة الأولى لإطعام الطفل في وجود أخصائي التغذية، أو في المستشفى.

تختفي معظم أنواع الحساسية مع تقدم عمر الطفل، إلا أن بعضها لا يهدأ. كقاعدة عامة، فإنه لا يجب تجنب أطعمة بعينها، إذا لم تعد تسبب لطفلك أية مشاكل. يوصى أطباء الأطفال بأن يُعطى الطفل هذه الأطعمة بانتظام مرة أخرى، إذا أصبح يتحملها. من الأفضل أن تقومي بسؤال الطبيب أو أخصائي التغذية، متى، وكيف يمكنك أن تقومي بإدخال هذه الأطعمة، التي كانت تسبب مشاكل لطفلك،



يمكن أن تختفي أشكال الحساسية مع تقدم عمر الطفل.

لم يعد طفلي يشعر بالشبع علي الإطلاق – ما الذي يمكنني أن أفعله؟

؟

يمكنك أن تجدي الوصفات على الصفحات التالية.

لكل من حليب Neocate[®] Syneo وحليب Neocate[®] Infant تركيبة مشابهة لحليب الرُّضْع، ويمكن إعطاؤها بمفردها لطفلك مباشرة بعد الولادة، وحتى يبلغ سنة واحدة من العمر. فيما بعد، يمكنك أن تجمع بين هذا الحليب والأطعمة الصلبة. نظرًا للتركيبة الغذائية المتوازنة، سيتلقى طفلك جميع المغذيات الضرورية، التي يحتاج إليها. أما بالنسبة لكمية الوجبات، ومرار تكررهما، فهذا ما سيحدده طفلك. تحدثي إلى طبيب الأطفال عن زيادة الكمية اليومية التي يتناولها طفلك، عند الضرورة.

ما الذي يمكنني أن أعطيه لطفلي ليشربه؟

؟

في الوقت الذي يتمكن فيه طفلك من تناول ثلاث وجبات مهروسة، سيحتاج أيضا إلى المزيد من السوائل، هو/أو هي. أكثر ما يناسبه في هذه المرحلة هي الماء، الشاي غير المحلى، أو العصائر المخففة جدا. قومي بإعطاء طفلك العصائر المصنوعة فقط من الفواكه التي قام طفلك بتناولها من قبل، وتحملها جيدا.

يجب أن تُعطى الأفضلية للمياه المعدنية، التي تحتوي على نسبة عالية من الكالسيوم (أكثر من 150 مجم/لتر). وهذه طريقة إضافية لتلبية احتياجات طفلك من الكالسيوم، أثناء مرحلة إدخال الأطعمة الصلبة.

4

وصفات Neocate®



من الطعام المهروس إلى الوجبات المطبوخة:

جميع الصفات في هذا القسم مصممة لتجعل إطعام طفلك أمراً يسيراً - بينما تجعل الوجبات المقدّمة، تجربة ممتعة ومسلية، لكل من الطفل ووالديه.





نصائح بشأن تحضير وصفات باستخدام Neocate®

استعمال هذه المنتجات بعد استشارة الطبيب، مع الأخذ في الاعتبار نوع التغذية الحالية التي يتناولها الطفل، وحالة الطفل الغذائية في الوقت الحالي، وأي أمراض محتملة مصاحبة. يمكن تحضير منتجات Neocate® حسب ما يفضله الشخص في الوقت الحالي، بحيث تكون الوجبات متعة في تناولها.

هذه الوصفات مقدمة بناءً على توصيات جمعيات أخصائيي طب الأطفال، وقد تم تطويرها بالتعاون مع أحد أخصائيي التغذية. في خلال فترة 12 شهرًا الأولى من عمر الطفل، يمكنه تناول حليب Neocate® Syneo وحليب Neocate® Infant بنفس الطريقة التي يتم بها تناول حليب الرضّع المعتاد، بحسب الحاجة، ويمكن أيضًا استعمالها لتحضير وجبة الطفل في المساء. عند التحول إلى وجبات الأسرة، سيتغير النظام الغذائي لطفلك، ولكن سيظل الحليب ومنتجات الألبان، أو التركيبات الخاصة لحليب الأطفال، تمثل ركناً أساسياً من الغذاء اليومي.

فيما يتعلق بالتركيبة الغذائية، وطريقة الاستعمال، فإن جميع منتجات Neocate® قد تم صياغة تركيبها لتلبي بشكل خاص، احتياجات الأطفال في المجموعات العمرية المختلفة، وتضمن أنهم يتلقون المواد الغذائية التي يحتاجون إليها في هذه المرحلة العمرية التي ينتمون إليها. يتم دائمًا



يمكنك أن تجدي المزيد من الوجبات اللذيذة على الموقع الإلكتروني:

www.nutricia.de/neocate-rezepte

الاختصارات المستخدمة

ملحقة قياس	=	MS
Neocate®	=	مل
ملي لتر	=	غم
غم	=	غم

يرجى أن تتذكري ما يلي:



- يجب دائما إضافة Neocate® قبل تقديم الطعام لطفلك.
 - يرجى مراعاة التعليمات المقدمة مع منتجات Neocate® عند تحضير الوجبات.
 - يجب عدم غلي، أو تسخين حليب Neocate® بشكل زائد عن الحد، كما أنه يجب عدم تحضيره في فرن الميكروويف، لأن هذا سيدمر المواد الغذائية. بسبب وجود البكتيريا الثمينة "بيفيدوبكتيريا" *bifidobacteria*، في حليب Neocate® Syneo، فمن الضروري بشكل خاص، ترك المياه المغلية حتى تبرد إلى درجة حرارة 40 درجة مئوية لتحققي من ذلك بأن ترفعيها بجوار خدك، قبل إضافة مسحوق الحليب، لأن الكائنات المجهرية الحية سيتم تدميرها عند درجات الحرارة المرتفعة جدا.
 - يحتوي هذا البروشور أيضا على بعض الصفات التي سيتم فيها خبز حليب Neocate®، أو تجميده، وهذا يعني أن بعض المواد المغذية بداخله، أو البيفيدوبكتيريا الثمينة، سيتم تدميرها. يرجى أن تتأكدي من أن طفلك قد تناول كمية كافية من حليب
- *Neocate®*، الذي لم يتم تجميده أو تسخينه بدرجة زائدة عن الحد. الوجبات المطهية، أو المجمدة التي تحتوي على حليب *Neocate®*، يجب أن تكون هي الاستثناء، وليست القاعدة.
 - لا تقومي بإعادة تسخين الوجبات المطهية، والتي قد تم إضافة حليب *Neocate®* إليها بالفعل.
 - قومي فقط باستخدام الصفات التي تحتوي على المكونات التي يستطيع طفلك تحملها. قومي دائما بالتحقق من عبوات الأطعمة، أو قومي بسؤال المتجر ما إذا كانت المكونات مناسبة لطفلك.
 - لا تجازي بتلويث وجبات طفلك بالمكونات التي تسبب له المشاكل المتعلقة بالحساسية (على سبيل المثال، بإطعام طفلك بملعقة، قد تم استخدامها من قبل لتقليب القهوة المضاف إليها الحليب).





فهرس الوصفات

الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 5 أشهر والأكثر سنًا _ 26

26 _____ لحم، وبطاطس، وخضروات مهروسة

27 _____ بطاطس مهروسة

الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 6 أشهر والأكثر سنًا _ 28

28 _____ العصيدة (البوريدج) المصنوعة من الحبوب والفواكه، والخالية من منتجات الألبان

29 _____ سميد الفواكه

30 _____ الجزر الأبيض والبطاطس المهروسة

الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 7 أشهر والأكثر سنًا _ 31

31 _____ الدُّخن والكوسة المهروسة

32 _____ الدُّخن والتفاح المهروس



الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر 10 أشهر والأكثر سنًا 33

33 _____ بودينغ الأرز

34 _____ لحم الدجاج المقلي مع الخضروات

الوصفات الخاصة بالأطفال في عمر سنة والأكثر سنًا 35

35 _____ الدجاج والبطاطس "بصلصة البولونيز"

36 _____ حساء البطاطس

37 _____ فطائر البانكيك الخالية من البيض

37 _____ كعك المافن بالجزر والقرفة

38 _____ كعكة الموز

39 _____ مصاصات الموز والتوت البري المثلجة

39 _____ مخفوق الكييا

وصفات حليب Neocate® للأطفال في عمر 5 أشهر والأكبر سنًا



المكونات الخاصة بحصة واحدة
وصفة أساسية

- 100-90 غم من الخضروات
- 60-40 غم من البطاطس
- 30-20 غم من اللحم الأحمر
(أو السمك)

خيار نباتي:

- 10 غم من الشوفان
- 10-8 غم من زيت بذور اللفت
- 30-20 مل من عصير الفواكه،
المعتدل

حسب الرغبة:

- MS 3 من حليب/Neocate® Syneo
Neocate® Infant

لحم، وبطاطس، وخضروات مهروسة

الطريقة

قومي بغسل، وتقسير، وتقطيع الخضروات والبطاطس بطريقة غير منتظمة. ضعي الخضروات في إناء مع قليل من الماء، وقومي بوضعه على النار حتى يبدأ في الغليان، ثم اخفضي النار واجعلي الإناء يغلي على نار هادئة، حتى تصبح الخضروات لينة. للخضروات التي تحتاج إلى وقت أطول للطهي، قومي بطهيها مسبقًا على البخار لفترة من 5-10 دقائق.

مع اللحم أو السمك

قومي بتقطيع اللحم أو السمك إلى مكعبات صغيرة، ثم قومي بطهيها في قليل من الماء حتى تصبح لينة.

قومي بوضع كل المكونات، مع الزيت والعصير في دورق طويل، وقومي بخلطها معًا حتى تصبح ناعمة. إذا كان القوام سميكًا جدًا، قومي بوضع قليل من ماء الطهي، أو الماء المغلي.

نصيحة

يمكن إعطاء الطعام المهروس في وجبة الغذاء، سواءً مع حليب Neocate® أو بدونه. حين تقومين بإضافة حليب Neocate®، اتركي الطعام المهروس ليبرد إلى درجة حرارة صالحة لتناول الطعام (40 درجة مئوية)، وقومي بتقليب MS 3 (ملعقة قياس Neocate®) من مسحوق حليب Neocate® Syneo/Infant قبيل تقديم الطعام.

بطاطس مهروسة

الطريقة

قومي بطهي البطاطس في إناء من الماء المغلي حتى تصبح لينتة. ثم قومي بتقشير البطاطس بالسكين، وقطعيها إلى قطع صغيرة وقومي بوزنها.

قومي بهرس البطاطس عن طريق تمريرها من خلال مصفاة هرس البطاطس (أو بهراسة البطاطا). قومي بتحضير مسحوق حليب Neocate® مع الماء كالمعتاد. قومي بخفق البطاطس المهروسة المبردة، وحليب Neocate® الذي تم تحضيره، وزيت بذور اللفت، لتحصلي على مزيج مهروس وناعم.



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 100 غم من البطاطس الدفيقية (ناعمة كالدقيق)
- MS 1 من حليب/Neocate® Syneo
- Neocate® Infant
- 30 مل من الماء
- 1 ملعقة شاي من زيت بذور اللفت



وصفات حليب Neocate® للأطفال في عمر 6 أشهر والأكثر سنًا

العصيدة (البوريدج) المصنوعة من الحبوب والفواكه، والخالية من منتجات الألبان



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 200 مل من الماء
- MS 6 من حليب/Neocate® Syneo/Neocate® Infant
- 30 غم من رقائق حبوب الإفطار (السيريال)
- 30-20 غم من الفواكه المهروسة

الطريقة

قومي بغلي الماء، ثم اتركيه قليلًا حتى يبرد. قومي بخلط هذا الماء مع رقائق حبوب الإفطار (السيريال) والفواكه المهروسة. قومي بإضافة مسحوق Neocate® قبيل التقديم، وقومي بخلط المكونات جيدًا.



سميد الفواكه



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 20 غم من السميد سريع التحضير،
والخالي من منتجات الألبان
- 180 مل من الماء
- MS 6 من حليب/Neocate[®] Syneo
Neocate[®] Infant
- 20 غم من الفواكه المهروسة مع قطع
صغيرة من الفواكه (برطمان)

سميد الفواكه

الطريقة

قومي بغلي ماء الشرب، وصبيه في وعاء صغير. قومي بتقليب السميد سريع التحضير في هذا الماء، واتركيه قليلاً حتى يبرد.

قومي بمزج الفواكه المهروسة ومسحوق حليب Neocate[®] Syneo/Infant مع السميد قبيل التقديم.



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 50 غم من البطاطس الدقيقية (ناعمة كالدقيق)
- 30 مل من الماء المغلي
- 70 غم من الجزر الأبيض المهروس (برطمان)
- 30 غم من لحم الديك الرومي (اختياري)
- MS 2 من حليب/Neocate® Syneo
- Neocate® Infant
- 1 ملعقة شاي من زيت بذور اللفت

الجزر الأبيض والبطاطس المهروسة

الطريقة

قومي بتقشير البطاطس وتقطيعها إلى قطع صغيرة، ثم قومي بوزنها. قومي بطهي البطاطس في إناء من الماء المغلي حتى تصبح لينّة.

مع لحم الديك الرومي:

قومي أيضًا بطهي لحم الديك الرومي في قليل من الماء حتى يصبح لينًا.

قومي بوضع البطاطس والماء، والجزر الأبيض المهروس، ولحم الديك الرومي (اختياري)، وزيت بذور اللفت في دورق طويل، وقومي بخلطها معًا حتى تصبح ناعمة. قومي بإضافة ومزج مسحوق حليب Neocate® Syneo/Infant قبيل التقديم.

نصيحة

يمكن دائمًا استبدال الجزر الأبيض المهروس بخضروات أخرى يتحملها الطفل، مثل البروكلي، والكوسة، والجزر، والشمر أو القرع (اليقطين). يمكنك أن تقومي بطهي الخضروات الطازجة حتى تصبح لينّة، أو استعملي برطمانات أغذية الأطفال الجاهزة، الخالية من منتجات الألبان.

وصفات حليب Neocate® للأطفال في عمر 7 أشهر والأكثر سنًا



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 20 غم من رقائق الدُّخَن
- 100 مل من الماء
- 30 مل من عصير التفاح
- 50 غم من الكوسة
- 1 ملعقة شاي من زيت بذور اللفت
- MS 2 من حليب/Syneo® Neocate®
Neocate® Infant

الدُّخَن والكوسة المهروسة

الطريقة

قومي بوضع الماء وعصير التفاح في إناء على النار حتى يغلي، ثم قومي برفعه من على النار. قومي باستعمال المضرب لتقليب رقائق الدخن داخل الماء والعصير المغلي، ثم اتركي الخليط قليلًا حتى يبرد.

قومي بغسل وتقسير الكوسة، ثم قومي بوزن 50 غم منها. قومي بتقطيعها إلى قطع صغيرة وطهيها على البخار في ماء مغلي، حتى تصبح لينّة.

قومي بوضع الدُّخَن المهروس مع الكوسة وزيت بذور اللفت في دورق طويل، وقومي بخلطها معًا حتى تصبح ناعمة. قومي بإضافة ومزج مسحوق حليب Neocate® Syneo/Infant قبيل التقديم.

الدُّخَن المغذي المهروس
للأطفال في عمر 7 أشهر
والأكبر سنًا



ملطّف بإضافة عصير
الأطفال



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 100 مل من عصير الأطفال: عصير التفاح المعتدل
- 100 مل من الماء
- 20 غم من رقائق الدُّخْن
- 1 ملعقة شاي من زيت بذور اللفت
- 50 غم من التفاح المعتدل (برطمان)
- MS 2 من حليب/Neocate® Syneo
Neocate® Infant

الدُّخْن والتفاح المهروس

الطريقة

قومي بوضع عصير التفاح والماء في إناء على النار حتى يغلي، ثم قومي برفعه من على النار. قومي بتقليب رقائق الدخن داخل الماء والعصير المغلي، ثم اتركي الخليط قليلاً حتى يبرد.

ثم قومي بإضافة زيت بذور اللفت والتفاح المعتدل، وقلبيها معاً حتى تحصلي على خليط مهروس. قومي بمزج مسحوق حليب Neocate® مع الخليط قبيل التقديم.

نصيحة

في هذه الوصفة أيضاً يمكن استبدال نوع الفاكهة بأي نوع آخر يتحملة الطفل.

وصفات حليب Neocate® للأطفال في عمر 10 أشهر والأكثر سنًا



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 40 غم من بودينغ الأرز
- 150 مل من الماء
- MS 3 من حليب/Neocate® Syneo/Neocate® Infant

بودينغ الأرز

الطريقة

قومي بغلي الماء ثم أضيفي له بودينغ الأرز. اجعلي الإناء يغلي على نار هادئة حتى يصبح الخليط ليئًا، مع التقليب باستمرار.

إذا كان الخليط يحتاج إلى المزيد من السائل، قومي بإضافة الكمية المطلوبة من الماء. قومي بمزج مسحوق حليب Neocate® مع بودينغ الأرز بعد أن يبرد، قبيل التقديم.





المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 50 غم من صدر الدجاج منزوع الجلد
- 1 ملعقة شاي من زيت بذور اللفت
- 50 غم من الجزر، و/أو البطاطا الحلوة (Kumara)
- 50 غم من القرنبيط أو زهور البروكلي الصغيرة
- 1 ملعقة شاي من دقيق الذرة
- 1 ملعقة طعام من الماء البارد
- MS 2 من حليب/Neocate® Syneo Neocate® Infant

نصيحة

يمكن أيضا تحضير جميع الوصفات باستخدام حليب Neocate® Junior للأطفال الذين هم أكبر من عام واحد.

لحم الدجاج المقلي مع الخضروات

الطريقة

قومي بغسل، وتقسير الخضروات، وتقطيعها إلى قطع صغيرة. ضعي الخضروات في إناء، وقومي بإضافة كمية كافية من الماء حتى تغطيها (حوالي 1 فنجان). قومي بطهي الخضروات حتى تصبح طرية. لا تخلصي من ماء الطهي، فمن الممكن أن يتم استخدامه في عمل صوص.

قومي بتقطيع الدجاج المطهي إلى قطع صغيرة. قومي بتسخين الزيت في إناء آخر، وصّعي فيه قطع الدجاج، واستمري في طهيها حتى يحمر لونها.

قومي بإضافة الخضروات إلى إناء الدجاج المطهي. امزجي دقيق الذرة مع الماء البارد، وقومي بإضافته إلى الإناء، وقلبي هذا الخليط من الطعام على نار هادئة لعدة دقائق. اتركه ليبرد.

قومي بمزج مسحوق حليب Neocate® مع الخليط قبيل التقديم.



وصفات حليب Neocate® للأطفال في عمر سنة والأكثر سنًا



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 25 غم من صدر الدجاج المفروم، منزوع الجلد، لأو أي نوع آخر من اللحم المفروم يمكن للطفل أن يتحملة
- 75 غم من البطاطس
- 30 غم من الكوسة
- 75 مل من الماء
- 1 ملعقة شاي من زيت بذور اللفت
- MS 3 من حليب Neocate® Junior

الدجاج والبطاطس "بصلصة البولونيز"

الطريقة

قومي بتقشير البطاطس وتقطيعها إلى قطع صغيرة. قومي بتقشير الكوسة وبشرها. قومي بتسخين الزيت في إناء، وقومي بتحمير الدجاج على نار متوسطة.

قومي بإضافة البطاطس والماء. بعد أن تغلي جميع محتويات الإناء، قومي بطهيها على نار هادئة لمدة حوالي 10 دقائق حتى تصبح البطاطس لينّة. قومي بهرس البطاطس المطهية بشوكة. قومي بإضافة الكوسة المبشورة، ثم قومي بطهي الخليط لعدة دقائق.

اتركيه ليبرد. قومي بإضافة مسحوق حليب Neocate® قبيل التقديم.

نصيحة

يمكن تقديم هذا الطبق مع نودلز الأرز، أو الأرز الأبيض المطهي جيدا. يرجى أن تيقني من أن المنتجات المستخدمة، تحتوي فقط على المكونات التي يستطيع الطفل تحملها. قومي بقراءة التعليمات الموجودة على كل عبوة. أي خضروات أخرى يستطيع الطفل تحملها، يمكن استخدامها بدلا من الخضروات المقترحة في هذه الوصفة. يمكن هرس البطاطس، والبطاطا الحلوة (Kumara)، أو القرع (اليقطين)، بسهولة، وهذه ستعطي قواما سميكا للطبق.

حساء تقليدي



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 40 غم من الكرفس اللفتي (سيلبرياك)
- 80 غم من البطاطس الدقيقية (ناعمة كالدقيق)
- 150 مل من الماء
- 5 غم من مرقة الخضروات، خالية من منتجات الألبان (مثل Alnatura)
- 3 MS من حليب Neocate® Junior
- الملح، والفلفل، وجوزة الطيب
- 40 غم من الجزر
- 15 غم من الكراث
- 5 غم من الزيت

نصيحة

من الممكن استخدام القرع بدلا من الكرفس اللفتي.

حساء البطاطس

الطريقة

قومي بتقشير الكرفس اللفتي والبطاطس، وغسلها، وتقطيعها إلى مكعبات صغيرة. قومي بوضع الماء ومرقة الخضروات في إناء على النار حتى تغلي، ثم أضيفي الخضروات المقطعة، وقومي بطهيها لمدة 15 دقيقة على درجة حرارة منخفضة حتى تصبح لينة.

في هذه الأثناء، قومي بتقشير الجزر وبشره، وغسل الكراث وتقطيعه إلى حلقات رفيعة. قومي بتسخين الزيت في مقلاة، وتشويح الجزر المبشور والكراث في الزيت لمدة دقيقتين.

حين تصبح البطاطس والكرفس اللفتي المقطعة لينة، قومي بوضعها في دورق طويل مع السائل، واخلطها معاً حتى تصبح ناعمة. من الممكن ترك بعض مكعبات الخضروات كاملة. قومي الآن بإضافة حليب Neocate® Junior، وامزجيه حتى يصبح الخليط ناعماً، وأضيفي الملح، والفلفل، وجوزة الطيب حتى تحصل على المذاق المطلوب. أخيراً، قومي بإضافة الخضروات التي تم تشويحها في الزيت من المقلاة.

كعك المافن بالجزر والقرفة

الطريقة

قومي بتسخين الفرن مسبقاً إلى درجة حرارة 180 درجة مئوية. قومي بتنظيف الجزر وبشره بشرّاً ناعماً.

قومي بخلط جميع المكونات معاً، لتحصلي على عجينة لينة.

قومي بتبطين صينية خبز كعك المافن، بأغلفة المافن الورقية. قومي بملء أغلفة المافن بالعجينة حتى النصف. قومي بخبز كعك المافن لمدة 20 دقيقة عند درجة حرارة 180 درجة مئوية، مع التسخين من أعلى وأسفل.



المكونات الخاصة بعمل 10 من كعك المافن

- 200 غم من دقيق القمح
- 100 غم من الشوفان
- 2 ملعقة طعام من السكر
- 1 ملعقة شاي من القرفة
- 4 MS من حليب Neocate® Junior
- 100 مل من الماء
- 75 مل من زيت بذور اللفت
- 200 غم من الجزر
- 1 بيضة

فطائر البانكيك الخالية من البيض

الطريقة

قومي بإضافة كل من الدقيق، والملح، وخميرة الخبز، وحليب قومي Neocate® Junior معاً، ثم أضيفي الماء، واخليطها معاً لتحصلي على عجينة البانكيك السائلة.

قومي بتسخين المرغرين في مقلاة، وأضيفي من 2-3 ملعقة طعام من العجينة السائلة، في كل مرة. قومي بطهي فطائر البانكيك الصغيرة حتى تحصلي على اللون الذهبي.



المكونات الخاصة بعمل 5 من فطائر البانكيك

- 200 غم من دقيق القمح الكامل
- 2 ملعقة شاي من خميرة الخبز (بيكنج بودر)
- 8 MS من حليب Neocate® Junior
- 250 مل من الماء
- 2 ملعقة طعام من المرغرين، الخالية من منتجات الألبان، لتشحيم المقلاة



خالية من البيض، والحليب،
والقمح، أو الصويا

كعكة الموز

الطريقة

قومي بتسخين الفرن مسبقاً إلى درجة حرارة 180 درجة مئوية، وقومي بتشحيم صينية خبز الكعك سبرينغفورم (من النوع الذي يمكن فصل أطراف القالب عن القاعدة بسهولة) قطر 24 سم.

قومي بخفق المرغرين مع السكر حتى يصبح الخليط منتفخاً. قومي بهرس الموزة هرساً ناعماً، وأضيفيها إلى الخليط. قومي بتقليب بقية المكونات في داخل العجينة السائلة.

قومي بصب العجينة في صينية خبز الكعك. قومي بخبز الكعكة لحوالي 20 دقيقة، عند درجة حرارة 180 درجة مئوية.

اتركي الكعكة حتى تبرد، ثم قومي برش السكر الناعم، أو قومي بوضع طبقة لامعة من الشيكولاته الذائبة الخالية من منتجات الألبان.

المكونات الخاصة بعمل 12 قطعة

- 300 غم من دقيق الذرة
- 200 غم من السكر
- 300 غم من المرغرين، الخالية من منتجات الألبان
- 1 موزة
- 150 مل من الماء
- 3 MS من حليب Neocate® Junior
- 2 ملعقة شاي من خميرة الخبز (بيكنج بودر)
- 3 ملعقة طعام من الكاكاو
- 1 ملعقة طعام من سكر الفانيليا

مصاصات الموز والتوت البري المثلجة

الطريقة

قومي بغسل التوت البري، وتقسير الموز. قومي بمزج جميع المكونات معًا، وصيبيها في أربعة قوالب للمصاصات المثلجة. قومي بالتجميد لمدة ثلاث ساعات على الأقل.

الطريقة

قومي بتحضير مسحوق حليب Neocate® Junior مع الماء كالمعتاد. قومي بخلط الموز، والكرز، وعصير التفاح، ومسحوق حليب Neocate® للحصول على مخفوق ذي رغوة. يكون للمخفوق مذاق أطيّب، عندما يكون مثلجًا.



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 150 مل من الماء
- 4 MS من حليب Neocate® Junior
- 75 غم من الموز
- 50 مل من عصير التفاح
- 60 غم من الكرز



المكونات الخاصة بحصة واحدة

- 75 غم من الموز
- 100 غم من التوت البري
- 1 ملعقة شاي من العسل
- 4 MS من حليب Neocate® Junior
- 125 مل من الماء



حليب Neocate® هو تركيبة خاصة قائمة على الأحماض الأمينية ضعيفة التآرج (ضعيفة الإثارة للحساسية)، مخصصة للتعامل الغذائي مع حالات الحساسية تجاه حليب البقر، وحالات الحساسية تجاه العديد من الأطعمة، وغيرها من الحالات الأخرى، والتي يوصى فيها بأن يكون الغذاء الأساسي معتمدا على الأحماض الأمينية. حليب Neocate® مصمّم لأغراض طبية معينة (الغذاء المتوازن). يستخدم فقط تحت إشراف أخصائي الرعاية الصحية.



ألمانيا

Nutricia GmbH | PO Box 2769 | D-91015 Erlangen | Telephone 09131 77 82-0
Fax 09131 77 82-10 | information@nutricia.com | www.nutricia.de

النمسا

Nutricia GmbH | Technologiessrasse 10 | A-1120 Vienna | Telephone +43 (0)1 688 26 26-0
Fax +43 (0)1 688 26 26-666 | office.austria@nutricia.com | www.nutricia.at