

# Правила приготовления детской молочной смеси

## Гигиена и подготовка места



### Подготовьте рабочую поверхность

Поверхность, на которой вы планируете разводить смесь, должна быть предварительно очищена и вымыта.



### Тщательно вымойте руки

Перед началом работы вымойте руки с мылом и насухо вытрите их чистым полотенцем или одноразовой салфеткой.



### Храните бутылочки в собранном виде

После стерилизации соберите бутылочку, чтобы защитить ее внутреннюю поверхность от случайных загрязнений.

## Стерилизация и уход за посудой



### Мойте посуду сразу после кормления

Используйте для бутылочек, сосок и мерных ложек специально выделенную губку и ершик, чтобы на стенках не оставалось следов смеси.



### Стерилизация в кипящей воде (5–10 минут)

Предметы должны быть полностью погружены в воду; крышки и соски следует кипятить вместе с бутылочками.



### Используйте домашний стерилизатор

Допускается использование сертифицированных бытовых стерилизаторов согласно инструкции производителя.

## Правила разведения смеси



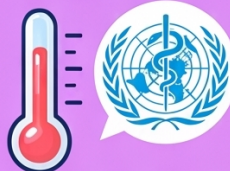
### Каждое кормление — новая порция

Готовьте смесь непосредственно перед едой: остатки, которые ребенок не доел, нельзя использовать повторно из-за быстрого роста бактерий.



### Используйте кипяченую воду

Вода должна быть охлаждена до температуры, которую рекомендует производитель на упаковке смеси.



### Рекомендация ВОЗ: вода 70°C

Всемирная организация здравоохранения рекомендует использовать воду, остывшую в течение 30 минут после закипания (не ниже 70°C).

## Лайфхаки и хранение



### Ночное кормление без хлопот

Заранее прогревайте воду в бутылочке с помощью специального подогревателя, а смесь добавляйте в момент пробуждения ребенка.



### Правильное хранение сухой смеси

Храните упаковку в сухом прохладном месте (до 25°C) и плотно закрывайте ее после каждого использования.