



мамaкo

бережное детское питание
на козьем молоке

Дневник питания малыша Период введения прикорма

Заполняем бланк с момента введения первой ложки каши или овощного пюре в возрасте от 4 до 6 месяцев.
Советы для мамы, как описывать стул, — на обратной стороне бланка.

Дата начала недели: _____ Возраст: _____ мес. Вес ребенка на начало недели*: _____ кг/г

Прием пищи по порядку	Молочное питание (ГВ/смесь, мл)	Блюдо прикорма (объем в г/мл/ложках)	Консистенция прикорма (пюре/кусочки)	Вода (объем, мл)	Реакция организма (кожа, стул, вздутие)
1-е кормление Время: _____ (раннее утро)					
Завтрак Время: _____					
Обед Время: _____					
Полдник Время: _____					
Перед сном Время: _____					
Дополнительно Время: _____ (ночь/поздний вечер)					

Важно!

* Рекомендуемый шаг взвешивания для здорового ребенка — 1 раз в неделю (утром, натощак, без одежды).
Ежедневный контроль не отражает реальную динамику и часто становится причиной лишней тревоги.

- 1 Прикорм вводим в 4—6 месяцев строго по рекомендации педиатра.
- 2 Новый продукт даем в первой половине дня (в завтрак или обед), начиная с 1/2 ложки, чтобы отследить реакцию до вечера.
- 3 Предлагаем чистую воду между кормлениями и после плотной пищи. Суточная норма воды в 6—12 месяцев: 100—200 мл (в жару — до 300 мл). Не даем воду перед едой, чтобы не снижать аппетит. Вода — единственный разрешенный напиток до года.
- 4 Переходим от пюре к мягким кусочкам обычно ближе к 8—9 месяцам.

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8-800-234-35-65
(ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ)

ПОДРОБНЕЕ О ПОЛЬЗЕ МАМАКО®
www.mamako.ru





мамako

бережное детское питание
на козьем молоке

Дневник питания малыша
Период введения прикорма

Как описывать стул малыша для педиатра?

- ✓ На грудном вскармливании до введения прикорма стул может быть после каждого кормления. Цвет — от желтого до горчичного и зеленоватого. Консистенция — жидкая кашица, могут быть белые комочки и кисломолочный запах. Это норма.
- ✓ На искусственном вскармливании до введения прикорма стул может быть более редкий (1—2 раза в сутки). Цвет — желто-коричневый или зеленовато-серый. Консистенция — густая, пастообразная. Это норма.
- ✓ После введения прикорма: стул становится гуще, оформленным, приобретает более резкий запах. Цвет напрямую зависит от съеденной пищи (зеленый после брокколи, оранжевый после моркови). Это норма.
- ❗ Сигналы тревоги (срочно к врачу): появление в стуле прожилок крови, большого количества прозрачной или зеленой слизи, пенистый водянистый стул, плотный стул («овечий кал» / запор), а также полностью обесцвеченный (белый) стул.

Детские каши с 4+ • 5+ • 6+ месяцев

10 каш МАМАКО® на козьем молоке обогащены витаминами и минералами. Все самое лучшее и ценное для гармоничного роста и развития малыша.

3 безмолочные каши МАМАКО® Organic для особенно чувствительных животиков.

Разнообразный злаковый прикорм с добавками из фруктов и ягод повышает интерес малыша к еде.



- 32% Натурального козьего молока в составе каш придают им нежный сливочный вкус
- Отборные злаки содержат полезные пищевые волокна
- Натуральные фрукты, овощи и ягоды знакомят с новыми вкусами

Детские крем-супы на козьем молоке с 8+ месяцев

Крем-суп МАМАКО® — вкусный и легкий способ предложить ребенку овощи. Полезное овощное блюдо на козьем молоке.



Уникальный продукт,
не имеет аналогов



Не требует варки



Фруктовые пюре с козьим творожком с 6+ месяцев

Пюре МАМАКО® — только фрукты и творог. Натуральный перекус для малышей и взрослых. Легко взять с собой.



5 порций фруктов и овощей в ежедневном рационе для детей и взрослых — рекомендация ВОЗ и диетологов со всего мира.

Содержит 1—2 порции фруктов в соответствии с возрастом малыша.

