

## Anwendung

**Humana HA 1** ist eine hypoallergene Anfangsnahrung für Babys mit erhöhtem Allergierisiko. Humana HA 1 ist von Geburt an ideal geeignet zum Zufüttern zur Muttermilch oder alleinige Milchnahrung, wenn Sie nicht stillen. Sie können Humana HA 1 bis zum Ende des Flaschenalters füttern. Sollte Ihr Baby nicht mehr richtig satt werden, empfehlen wir Ihnen, nach dem 6. Monat auf Humana HA 2 umzustellen.

## Wissen, was drin ist

- ✓ **GOS:** wichtige Ballaststoffe wie sie auch in der Muttermilch vorkommen.
- ✓ **LCP:** langkettige, mehrfach ungesättigte Fettsäuren wie sie in der Muttermilch vorkommen. Besonders wichtig, weil Ihr Baby sie in den ersten Lebensmonaten noch nicht ausreichend selbst produzieren kann.
- ✓ **Allergenarm:** durch besonders schonend aufgespaltenes und damit allergenreduziertes Milcheiweiß.
- ✓ ohne glutenhaltige Zutaten hergestellt (lt. Gesetz).

## Einfache Zubereitung

Beachten Sie bei der Zubereitung von Säuglingsnahrung genau die Gebrauchsanweisung. Unsachgemäße Zubereitung oder Aufbewahrung des zubereiteten Fläschchens über einen längeren Zeitraum kann zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch Wachstum unerwünschter Keime führen. Nahrung vor jeder Mahlzeit frisch zubereiten und sofort füttern. Nahrungsreste nicht wiederverwenden.

Flasche, Sauger und Ring gründlich reinigen. Milchmahlzeiten nicht in der Mikrowelle erwärmen (Verbrühungsgefahr). Den geöffneten Beutel nach Produktentnahme wieder gut verschließen, kühl und trocken lagern und innerhalb von 3 Wochen aufbrauchen.



- 1 Benötigte Wassermenge abkochen und auf 50° C abkühlen lassen (oder Humana Baby-Wasser auf 50° C erwärmen).
- 2 Etwa die Hälfte der benötigten Wassermenge in eine gereinigte Flasche füllen.
- 3 Beigefügten Humana-Messlöffel locker füllen und mit einem Messerrücken o. ä. abstreifen. Erforderliche Pulvermenge in die Flasche füllen.
- 4 Flasche verschließen und sofort kräftig schütteln. Restliche schütteln. Restliche Menge Wasser hinzugeben und die Flasche nochmals kräftig schütteln.
- 5 Sauger befestigen und Inhalt auf Trinktemperatur (ca. 37°C) überprüfen.

## Trinkmenge & Dosierung

Bitte verwenden Sie nur den beigefügten Messlöffel (fasst ca. 4,3 g).

Jedes Baby ist anders und so können die angegebenen Trinkmengen nur Richtwerte sein.

### Zubereitung pro Mahlzeit

Alter des Babys	Wasser (ml)	Messlöffel	Trinkfertige Nahrung (ml)	Trinkmahlzeiten pro Tag
1. Woche	Nach Anweisung des Arztes oder der Hebamme			
2.–8. Woche	90	3	100	7–8
3. Monat	120	4	130	6–7
4. Monat	150	5	170	5–6
Nach dem 4. Monat	180	6	200	4–5

## Zusammensetzung

Im Durchschnitt enthalten	100 g Pulver	100 ml trinkfertige Nahrung
<b>Brennwert</b>	kJ 2062 kcal 493	268 64
<b>Fett</b>	g 24,6	3,2
davon:		
gesättigte Fettsäuren	g 8,4	1,1
einfach ungesättigte Fettsäuren	g 11,0	1,4
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g 5,2	0,7
<b>Kohlenhydrate</b>	g 53,5	7,0
davon:		
Zucker	g 40,8	5,3
davon:		
Lactose	g 40,1	5,2
<b>Ballaststoffe</b>	g 3,9	0,5
<b>Eiweiß</b>	g 12,4	1,6
<b>Salz</b>	g 0,38	0,05
<b>Mineralstoffe</b>		
Natrium	mg 150	20
Kalium	mg 550	72
Chlorid	mg 345	45
Calcium	mg 450	59
Phosphor	mg 255	33
Magnesium	mg 39	5,1
Eisen	mg 4,7	0,6
Zink	mg 4,9	0,6
Kupfer	µg 325	42
Jod	µg 87	11
Selen	µg 15	2,0
Mangan	µg 91	12
Fluorid	µg 76	10
<b>Vitamine</b>		
Vitamin A	µg 505	66
Vitamin D	µg 8,2	1,1
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	µg 500	65
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	µg 755	98
Niacin	µg 4570	594
Pantothensäure	µg 2790	363
Vitamin B <sub>6</sub>	µg 480	62
Biotin	µg 15	2,0
Folsäure	µg 83	11
Vitamin B <sub>12</sub>	µg 1,22	0,16
Vitamin C	mg 86	11
Vitamin K	µg 42	5,5
Vitamin E	mg 6,7	0,9
Cholin	mg 151	20
Inositol	mg 40	5,2
L-Carnitin	mg 5,8	0,8

Die Analysenwerte unterliegen den bei Verwendung von Naturprodukten üblichen Schwankungen.

**Zutaten:** Lactose, pflanzliche Öle (Palm, Raps, Sonnenblume, Mortierella alpina), Molkenproteinhydrolysat, Stärke, Galacto-Oligosaccharidsirup (aus Milch), Calciumorthophosphate, Emulgator: Citronensäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren, Calciumcarbonat, Cholinhydrogentartrat, Kaliumchlorid, Natriumcitrat, tierisches Öl (Fischöl), Magnesiumcarbonat, Vitaminmischung (Vitamin C, Niacin, Pantothensäure, Vitamin E, Riboflavin, Thiamin, Vitamin A, Vitamin B<sub>6</sub>, Folsäure, Vitamin K<sub>1</sub>, Biotin, Vitamin D<sub>3</sub>, Vitamin B<sub>12</sub>), Taurin, Inositol, Nukleotide (Cytidin-5'-monophosphat, Uridin-5'-monophosphat, Adenosin-5'-monophosphat, Inosin-5'-monophosphat, Guanosin-5'-monophosphat), Eisensulfat, Stabilisator: L(+)-Milchsäure, Zinksulfat, L-Carnitin, Kupferlysinkomplex, Mangansulfat, Kaliumjodat, Natriumselenat.

## Zusätzliche Nährwertinformationen

	100 g Pulver	100 ml trinkfertige Nahrung
Galacto-Oligosaccharide (GOS)	g 3,9	0,5
LCP	mg 98	12,8

500 g

# Humana

## HA Hypoallergene Anfangsnahrung

- ✓ GOS
- ✓ LCP
- ✓ Allergenarm



# HA 1

von Geburt an



Seit über 60 Jahren

**Humana**  
Eltern-Service

Wir sind für Sie da!

Mo.–Fr. 9–17 Uhr  
**05221 181-61 222**  
elternberatung@humana.de  
www.humana.de

## Wichtige Hinweise

### • für Babys Ernährung

Stillen ist die beste Ernährung für Ihr Baby. Sprechen Sie bitte mit Ihrer Klinik oder Ihrem Kinderarzt, wenn Sie eine Säuglingsnahrung verwenden wollen. Die Umstellung auf eine nicht hypoallergene Säuglingsnahrung sowie die Einführung von Beikost sollten Sie ebenfalls zu jedem Zeitpunkt nur in vorheriger Abstimmung mit dem Kinderarzt vornehmen. Humana HA 1 darf nicht eingesetzt werden bei Kuhmilchproteinallergie, Lactose-Intoleranz, Galactosämie und Glucose-Galactose-Malabsorption.

### • für Babys Zahngesundheit

Überlassen Sie Ihrem Kind das Fläschchen nicht als Schnullerersatz oder zum Dauernuckeln. Wie Muttermilch enthalten Säuglingsnahrungen Kohlenhydrate (z. B. Milchzucker), die bei häufigem und dauerndem Kontakt mit den Zähnen Zahnerkrankungen durch Karies und dadurch bedingte Folgeschäden verursachen können. Die Fläschchenmahlzeit sollte nicht länger als ein Stillvorgang dauern.



## Wir empfehlen

Sollte Ihr Baby von Humana HA 1 nicht mehr richtig satt werden, empfehlen wir nach dem 6. Monat auf Humana HA 2 umzustellen.

## Säuglingsanfangsnahrung

Inhalt 500 g e

2 Beutel à 250 g

500 g ergeben ca. 38 Fläschchen à 100 ml oder 3,8 l

**Humana GmbH**  
D-32046 Herford

Unter Schutzatmosphäre verpackt.  
Kühl und trocken gelagert ist ein original verschlossener Beutel mindestens haltbar bis Ende: siehe Bodenprägung



Schon seit über 60 Jahren stellen wir Babynahrungen her, die Kindern alles geben, was sie für ihre gesunde Entwicklung brauchen.

Die Bauern, die uns beliefern, sind Familienbetriebe, die wir schon seit Generationen kennen.

Wir verbinden jahrzehntelange Erfahrung mit moderner Forschung und sorgen für wissenschaftlich geprüfte Qualität.