

# KŪDIKIŲ MAITINIMO pradžiamokslis

Žindymas krūtimi yra ne vien tik natūralus, visada šviežio, šilto ir švaraus maisto - mamos pieno - perdavimo vaikui būdas.

Jis užtikrina fizinį ir emocinį artumą, svarbų kūdikio saugumo jausmą ir asmenybės vystymuisi bei harmoningiems motinos ir vaiko santykiams.



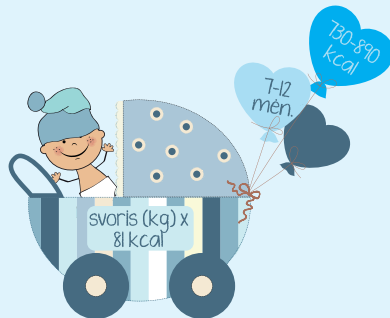
Tyrimai rodo, kad mamos pienas gali patenkinti sveikų kūdikių energiją, baltymų, daugelio vitaminų ir mineralinių medžiagų poreikį iki 6 mėn., išskyrus vitaminų K ir D.



Kūdikio valgaraštis ir kiekvieno maitinimo metu suvalgyto maisto kiekis kinta, atsižvelgiant į jo amžių ir individualias organizmo reikmes.



Sveikų kūdikių ir vaikų energijos kiekis skaičiuojamas pagal jų kūno svorį ir jam tenkantį kalorijų kiekį



Marmaluzi – pirmasis Lietuvoje gaminamas maistelis kūdikiams ir mažiems vaikams.

Marmaluzi maistelį gaminame itin atsakingai, nedideliais kiekiais ir tik iš šviežių produktų, nenaudojant jokių dirbtinų priedų ar konservantų.

## marmaluzi išskirtinimai

### Lietuviškas



Pirmas maistas kūdikiams ir mažiems vaikams gaminamas Lietuvoje. Kruopščiai ir atsakingai atrinkame tik aukščiausios kokybės žaliavas iš lietuviškų ūkių. Jus atrinkome pagal Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos rekomendacijas.

### Šviežias



Naudojame tik natūralius, šviežius, neužšaldytus ir neatsaldytus produktus. Visos žaliavos pristatomos iš švarių vietinių ūkių ir sunaudojamos tik tą pačią dieną.

### Saugus



Maistas atitinka sveikų kūdikių ir mažų vaikų mitybos reikalavimus ir skirtas vartoti kaip papildomas maistas. Visos receptūros sukurtos bendradarbiaujant su žymiausiais Lietuvos kūdikių ir mažų vaikų dietologais – gastroenterologais.

### Sveikas



Gaminuose nėra konservantų, skonio stipriklų ir kitų (netgi leistinių) priedų. 100 proc. natūralus. Visų gaminių receptūros yra sudarytos atsižvelgiant į kūdikio amžių, tinkamos konsistencijos, produktai yra natūralūs ir gerai subalansuoti.

### Maistingas



Pagal sudedamąsias dalis ir jų proporcijas, produktas pasižymi maistingumu ir energine verte. Gamymas metu nėra suardomos maistinės medžiagos ir išlieka tinkamas kalorijų, vertingų baltymų ir vitaminų kiekis.

### Skanus



Kaip ką tik mamos pagaminta. Maistelis yra tinkamos konsistencijos, gardžiai atrodo, maloniai kvėpia ir yra skanus ne tik kūdikiams, bet ir jų tėveliams. Visa tai užtikrina naudojami natūralūs ir švieži produktai.

Marmaluzi produktus galima įsigyti visoje Lietuvoje:

PC MAXIMA  
PC RIMI  
PC IKI  
PC NORFA  
UAB UTENOS PREKYBA  
ALJANSAS AIBE

www.barbora.lt  
www.pigu.lt  
www.assorti.lt

UAB „Kaniu“  
Lauko g. 6, Didžiųjų Baušių km.,  
Salčininkų raj.  
+370 5 2595060  
www.marmaluzi.lt



LT-EKO-001  
ES ŽEMĖS ŪKIS



# REKOMENDACINIS, SUBALANSUOTAS VISOS SAVAITĖS KŪDIKIŲ IR MAŽŲ VAIKŲ MENIU



Marmaluzi produktus rekomenduoja VŠĮ Saugios mitybos fondas.

*Kaip ką tik mamos pagaminta...*

Racionas sudarytas bendradarbiaujant su Lietuvos kūdikių ir mažų vaikų dietologe dr. R. Rokaite ir gastroenterologu prof. L. Labanausku

# Marmaluzi

## REKOMENDACINIS VISOS SAVAITĖS KŪDIKIŲ IR MAŽŲ VAIKŲ RACIONAS

I diena

II diena

III diena

IV diena

V diena

VI diena

VII diena

Prieš pusryčius: motinos pienas arba pieno mišinys

Pusryčiai



Ekologiška pieniška grikių košė  
146 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Triušiena su ryžių dribsniais ir cukinijomis  
130 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ryžių košė su džiovintomis slyvomis  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ekologiška pieniška sorų košė  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ryžių košė su džiovintomis slyvomis  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Triušiena su ryžių dribsniais ir cukinijomis  
130 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ekologiška pieniška sorų košė  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.

Pusryčiai

Priespiediai



Obuolių ir bananų tyrėlė  
40 kcal  
Išėlga: 50 g.



Įvairių vaisių tyrėlė  
54 kcal  
Išėlga: 50 g.



Obuolių ir aviečių tyrėlė  
32 kcal  
Išėlga: 50 g.



Obuolių ir mėlynių tyrėlė  
38 kcal  
Išėlga: 50 g.



Įvairių vaisių tyrėlė  
54 kcal  
Išėlga: 50 g.



Obuolių ir morkų tyrėlė  
29 kcal  
Išėlga: 50 g.



Obuolių ir moliūgų tyrėlė  
55 kcal  
Išėlga: 100 g.

Priespiediai

Pietūs



Daržovių ir jautienos liežuvio užkandėlė  
182 kcal / 46 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml



Bulvių košė su žuvies gabaliukais  
160 kcal / 34 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml



Daržovių ir vištienos košė  
146 kcal / 52 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml



Jautienos troškinytis  
138 kcal / 40 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml



Ekologiškas daržovių troškinytis su jautiena ir grikieliais  
122 kcal / 45 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml



Bulvių košė su žuvies gabaliukais  
138 kcal / 40 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml



Daržovių ir kalakutienos košė  
136 kcal / 46 kcal  
Išėlga: 190-200 g. / 100 ml

Pietūs

Pavakarčiai



Desertas „Auk sveikas“  
44 kcal  
Išėlga: 50 g.



Bananų tyrėlė  
50 kcal  
Išėlga: 50 g.



Džiovintų slyvų tyrėlė  
53 kcal  
Išėlga: 50 g.



Moliūgų tyrėlė  
78 kcal  
Išėlga: 100 g.



Trijų daržovių tyrėlė  
62 kcal  
Išėlga: 150 g.



Saldžiųjų daržovių košė  
64 kcal  
Išėlga: 100 g.



Obuolių ir kriaušių tyrėlė  
60 kcal  
Išėlga: 100 g.

Pavakarčiai

Vakarienė



Ryžių košė su džiovintomis slyvomis  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ekologiška pieniška sorų košė  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ekologiška pieniška grikių košė  
146 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ryžių košė su džiovintomis slyvomis  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ekologiška pieniška grikių košė  
146 kcal  
Išėlga: 190-200 g.



Ryžių košė su džiovintomis slyvomis  
120 kcal  
Išėlga: 190-200 g.

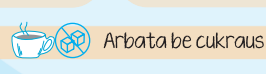


Ekologiška pieniška grikių košė  
146 kcal  
Išėlga: 190-200 g.

Vakarienė



Motinos pienas



Arbata be cukraus

Prieš naktį: motinos pienas arba pieno mišinys