



## MS-STOÐMJÓLK

### Innihald:

Nýmjólk, mjólkurvökví, rjómi, mjólkursykur, kalk, járn, kopar, A-, C-, D- og E-vítamín.

### Næringargildi í 100 g:

Orka 281 kJ/67 kcal  
Prótein 1,8 g  
Kolvetni 7,2 g  
Fita 3,5 g

A-vítamín	45 µg	Fosfór	71 mg
B1-vítamín	0,05 mg	Járn	0,75 mg
B2-vítamín	0,16 mg	Joð	12 µg
B6-vítamín	0,05 mg	Kalíum	151 mg
B12-vítamín	0,45 µg	Kalk	90 mg
Níasin	0,83 mg	Kopar	40 µg
C-vítamín	9 mg	Magníum	9 mg
D-vítamín	1,20 µg	Natríum	40 mg
E-vítamín	0,90 mg	Sink	0,44 mg



FYRIR  
1/2-2  
ÁRA



## MS-STOÐMJÓLK

BARNINS STOÐ  
OG STYTТА



MJÓLKURSAMSALAN 

[www.ms.is](http://www.ms.is)

HVÍTA HÚSID / SÍA / SVANSPRENT

MJÓLKURSAMSALAN 



## MS-STOÐMJÓLK

### FYRIR BÖRN FRÁ 6 MÁNAÐA TIL 2 ÁRA ALDURS

MS-Stoðmjólk er mjólk sem ætluð er börnum frá sex mánaða til tveggja ára aldurs. Hún hefur verið þróuð af MS að beiðni og í samvinnu við samstarfshóp um næringu ungbarna á vegum Manneldisráðs, Landlæknisembættisins, barnalækna við Landspítala-háskólasjúkrahús, félags barnahjúkrunarfræðinga og félags heilsugæsluhjúkrunarfræðinga. Í starfshópnum sátu fulltrúar ofangreindra aðila og sérfræðingar frá Miðstöð heilsuverndar barna og rannsóknarstofu í næringarfræði við Háskóla Íslands og Landspítala-háskólasjúkrahús auk þess sem málið fékk stuðning barnalækna í ung- og smábarnavernd.

### HVAÐ ER STOÐMJÓLK?

MS-Stoðmjólk er unnin úr íslenskri kúamjólk og mælt er með notkun hennar í stað nýmjólkur fyrir börn frá sex mánaða til tveggja ára aldurs. Við framleiðslu hennar er tekið sérstakt tillit til næringarþarfa ungra barna og hún er líkari móðurmjólk að samsetningu en venjuleg kúamjólk. Stoðmjólk hefur lægra próteininnihald en kúamjólk en það, ásamt járnþætingu Stoðmjólkur, hefur jákvæð áhrif á járnþúskap barna sem er viðkvæmur á þessu aldursskeiði. Einnig er bætt í Stoðmjólk C-vítamíni sem örvar járnþptöku.

Stoðmjólk hentar vel til notkunar samhliða brjóstagið en mælt er með áframhaldandi brjóstagið svo lengi sem hugur stendur til hjá móður.

MS-Stoðmjólk er seld í 500 ml fernu sem talin er hæfilegur dagskammtur af mjólk og mjólkurmat þegar barnið er farið að borða úr öllum fæðuflokkum.



### HVERS VEGNA ÍSLENSK STOÐMJÓLK?

Samstarfshópur um næringu ungbarna hefur frá 2003 breytt um áherslur varðandi mjólkurdrykkju barna. Í stað venjulegrar kúamjólkur er nú ráðlagt að sérstök mjólkurstoðblanda eða Stoðmjólk bætist við eftir að brjóstamjólkinn minnkar og taki við eftir að barn hættir alveg á brjósti. Með þessum breyttu ráðleggingum er verið að tryggja enn betur næringarþúskap ungra barna en fyrri rannsóknir sýndu að járnþúskapur ungbarna var ekki eins og best var á kosið. Samkvæmt nýjustu rannsóknnum hafa þessar breyttu ráðleggingar haft jákvæð áhrif á járnþúskap þessa aldurshóps, hann mælist nú mun betri en áður.

Samsetning MS-Stoðmjólkur tekur mið af öllum næringarþörfum barna og er hún m.a. sérstaklega járnþætt. Henni er ætlað að tryggja að öll þau næringarefni sem börnin þarfnast séu til staðar í daglegu fæði þeirra og að þau nýttist jafnframt betur úr fæðunni.

Að mati sérfræðinga er margt sem mælir með neyslu Stoðmjólkur úr íslenskri kúamjólk í stað erlendar þurrmjólkur. Hún tekur sérstaklega mið af næringarþörfum ungra barna hér á Íslandi og meðal annars virðist próteinsamsetningin æskilegri en í þurrmjólkurafurðum úr erlendum kúakynjum. Stoðmjólkinn er jafnframt hentugri til neyslu þar sem hún er tilbúin til drykkjar.

### NOTKUNARLEIÐBEINGAR

MS-Stoðmjólk er tilbúin til neyslu og hana á ekki að blanda. Þegar gefa á barninu mjólk er best að hella Stoðmjólkinni í drykkjarmál. Gætið þess að alltaf séu notuð hrein ílát.

Ekki er þörf á að hita MS-Stoðmjólk, en sé hún hituð er gott að hita hana í volgu vatnsbaði. Hitið Stoðmjólkina aldrei í sjálfri fernunni. Athugið hvort hitastigið sé hæfilegt með því að setja nokkra dropa á handlegg. Mjólkinn má í mesta lagi vera hálfvolg (að hámarki um 37 °C), en ekki heit, þegar hún er gefin barninu.

Ekki má endurhita Stoðmjólk. Hendið afgangum.

Stoðmjólk er kælivara sem skal geyma við 0–4 °C og hana má geyma í kæli í allt að 2 daga eftir opnun fernunnar.

Fagfólk ung- og smábarnaverndar og heilsugæslu veitir allar nánari upplýsingar um næringu barna. Jafnframt er foreldrum ungbarna bent á að kynna sér bækling Manneldisráðs og Miðstöðvar heilsuverndar barna um næringu ungbarna fyrsta aldursárið.

