Anwendung

- Geeignet ab dem 10. Monat bis zum Ende des 3. Lebensjahres als Bestandteil einer gemischten Ernährung aus Flaschen- und Breimahlzeiten.
- Im Anschluss an das Stillen, an die Holle Bio-Folgemilch 2 oder jederzeit anstelle einer anderen Folgemilch verwendbar.
- Die Holle Bio-Folgemilch 3 kann auch zur Zubereitung der Holle Bio-Juniormüslis oder den Holle Bio-Getreidebreien verwendet werden.
- Ab dem 12. Monat empfehlen wir die Holle Bio-Folgemilch 4 in Kombination mit den Holle Bio-Babybreien.

Zubereitung

Flasche, Ring und Sauger vor Gebrauch 3 – 5 Minuten auskochen. Für die Zubereitung Wasser abkochen und auf ca. 50 °C abkühlen lassen. Die Hälfte des Wassers und Pulvermenge laut Mengenangabe in der Mahlzeitentabelle (siehe unten) ins Fläschchen geben. Zur Dosierung des Pulvers den Messlöffel locker füllen und mit dem Messerrücken glatt streichen. Pulver und halbe Wassermenge kräftig schütteln. Restliches Wasser zufügen und nochmals gut schütteln. Auf Trinktemperatur (37 °C) abkühlen lassen.

Mahlzeitentabelle – ab dem 10. Monat

Wassermenge (ml)	Anzahl Messlöffel*	Trinkfertige Nahrung (ml)	Mahlzeiten pro Tag
150	**5**	**165**	**1–2**
180	**6**	**200**	
210	**7**	**230**	

*1 gestrichener Messlöffel = 4,4 g
Die angegebenen Trinkmengen und Mahlzeiten pro Tag sind nur Richtwerte. Individuelle geringe Abweichungen sind unbedenklich und ganz natürlich.

Hinweise für die Zubereitung

- ✓ Bitte halte die Zubereitungsanweisungen genau ein. Das richtige Dosierungsverhältnis gibt Deinem Baby immer die Nährstoffe, die es braucht.
- ✓ Ausschliesslich den beiliegenden Messlöffel verwenden.
- ✓ Eine unsachgemässe Zubereitung und Lagerung kann zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen.
- ✓ Jedes Fläschchen stets frisch zubereiten. Nahrungsreste nicht wiederverwenden.
- ✓ Erwärme die Nahrung nicht in der Mikrowelle (Überhitzungsgefahr).

Wichtiger Hinweis

- ✓ Stillen ist das Beste für Dein Baby. Folgemilch eignet sich für die besondere Ernährung von Säuglingen ab einem Alter von mindestens 6 Monaten. Sie ist nur Teil einer Mischkost und darf nicht als Muttermilchersatz während der ersten 6 Monate verwendet werden. Die Entscheidung, mit der Verwendung von Beikost bereits in den ersten sechs Monaten zu beginnen, soll nur auf den Rat unabhängiger Fachleute des Gesundheitswesens und unter Berücksichtigung der Wachstums- und Entwicklungsanforderungen Deines Babys getroffen werden.
- ✓ Überlasse Deinem Baby das Fläschchen nicht zum Dauernuckeln. Der ständige Kontakt mit kohlenhydrathaltigen Flüssigkeiten kann zu Karies führen. Achte daher ab dem ersten Zahn auf eine ausreichende Zahnpflege.

Nährwerte

		pro 100 g Produkt	pro 100 ml Trinkmenge
Energie	(kJ | kcal)	2147 | 513	283 | 68
Fett davon	(g)	27,6	3,6
gesättigte Fettsäuren	(g)	7,8	1,0
einfach ungesättigte Fettsäuren	(g)	14,8	2,0
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	(g)	5,0	0,7
Linolsäure	(mg)	4500	594
α-Linolensäure	(mg)	400	53
DHA	(mg)	115	15,2
Kohlenhydrate davon	(g)	55,7	7,4
Zucker	(g)	38,7	5,1
Lactose	(g)	38,2	5,0
Stärke	(g)	6,0	0,8
Eiweiß	(g)	10,5	1,4
Vitamin A	(µg RE)	360	47,5
Vitamin D	(µg)	12	1,6
Vitamin E	(mg)	10	1,4
Vitamin K	(µg)	42	5,5
Vitamin C	(mg)	68	9,0
Thiamin	(mg)	0,73	0,097
Riboflavin	(mg)	1,2	0,15
Niacin	(mg)	3,7	0,49
Vitamin B_6	(mg)	0,56	0,074
Folsäure	(µg)	103	13,6
Folat	(µg DFE)	172	22,7
Vitamin B_{12}	(µg)	1,1	0,15
Biotin	(µg)	13,3	1,8
Pantothensäure	(mg)	4,8	0,63
Kalium	(mg)	635	83,8
Chlorid	(mg)	389	51,3
Calcium	(mg)	515	68,0
Phosphor	(mg)	286	37,8
Magnesium	(mg)	53,0	7,00
Eisen	(mg)	7,1	0,94
Zink	(mg)	3,4	0,45
Kupfer	(mg)	0,37	0,048
Mangan	(mg)	0,10	0,013
Fluorid	(mg)	0,040	0,0053
Selen	(µg)	18	2,4
Jod	(µg)	101	13,3
Natrium	(mg)	187	25

Standardzubereitung: 13,2 g Holle Bio-Folgemilch 3 + 90 ml abgekochtes Wasser = 100 ml trinkfertige Nahrung. Eine Packung = ca. 45 Mahlzeiten à 100 ml.

Holle baby food AG
CH – 4125 Riehen
Tel. +41 61 555 07 00
www.holle.ch

Holle Servicebüro D
Hohe-Möhr-Str. 6
D – 79650 Schopfheim

Hergestellt in Österreich

Milch aus Deutschland

AT-BIO-301
EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft

Kein Nachdruck erlaubt!

demeter
biodynamische Qualität

NEUE REZEPTUR*

Holle

Bio

3

Folgemilch

Enthält DHA*

Vitamine A, C & D*
für die normale Funktion des Immunsystems

Mit Demeter-Milch aus Süddeutschland

Wichtig: Stillen ist das Beste für Dein Baby

*gesetzlich für Folgenahrung vorgeschrieben

konsequent bio – aus gutem Grund

ab dem 10. Monat

Kein Nachdruck erlaubt!

Bio-Folgemilch

Zutaten

Entrahmte **Milch****[1], **Molkenerzeugnis*** (teilentmineralisiertes **Molkenpulver**), pflanzliche Öle* (Palmöl*[3], Rapsöl*, Sonnenblumenöl*), Maltodextrin*, Stärke*, **Lactose***, Calciumcarbonat, Kaliumchlorid, L-Tyrosin, **Fischöl**[2], Magnesiumchlorid, Calciumchlorid, Calciumhydroxid, L-Tryptophan, Eisenlactat, Kupfersulfat, Vitamin C, Natriumchlorid, Zinksulfat, Vitamin E, Niacin, Pantothensäure, Vitamin B_1, Vitamin A, Vitamin B_6, Mangansulfat, Kaliumjodat, Folsäure, Natriumselenat, Vitamin K, Vitamin D, Biotin, Vitamin B_{12}

*aus biologischer Landwirtschaft
**Demeter (aus biodynamischer Landwirtschaft)
[1] 100 g Säuglingsmilchpulver werden aus 184 ml Magermilch hergestellt
[2] enthält DHA (gesetzlich für Folgenahrung vorgeschrieben)
[3] aus nachhaltigem Anbau

konsequent bio – aus gutem Grund

Unser Holle-Qualitätsversprechen

Seit über 85 Jahren steht Holle für wertvolle Bio-Qualität. **Konsequent BIO – aus gutem Grund.** Als erster Demeter-Hersteller für Babynahrung arbeiten wir ausschliesslich mit Rohwaren aus biodynamischer oder biologischer Landwirtschaft, schonen Tier, Boden und Umwelt und pflegen faire Partnerschaften mit Bio-Betrieben. Eine ganzheitliche Ernährung mit einfachen, natürlichen Rezepturen sowie die Vielfalt durch saisonale Ernten sind uns besonders wichtig. Alle unsere Zutaten sind streng kontrolliert und garantieren grösstmögliche Sicherheit. Holle Produkte enthalten nur das, was Deinem Kind zugutekommt. Weil uns das Wohl Deines Babys am Herzen liegt.

Für die Holle Bio-Folgemilch 3 verwenden wir wertvolle Demeter-Milch aus Süddeutschland. Demeter-Betriebe arbeiten biodynamisch im Einklang mit der Natur. Unsere Garantie für eine hohe Milchqualität in den Holle Milchnahrungen.

Beim Übergang zur Familienkost empfehlen wir das Holle Bio-Juniormüsli Mehrkorn mit Cornflakes oder Mehrkorn mit Frucht als vollwertige Frühstücksmahlzeiten zu verwenden. Die besonders feinen Stückchen werden durch die Zugabe von Milch schön weich und sind leicht zu kauen.

Bei Fragen zur Ernährung Deines Babys beraten wir Dich gerne:
Holle-Ernährungsservice: **0800 6622110** • @ **www.holle.ch**

e 600 g
(= 2 × 300 g)