

Ideid toiduvalmistamiseks!

Pannkoogid kastmega (4 portsu)

Pannkoogi taigna koostisosad:

- 500 ml piima
- 1 muna
- 1,5 tass jahu
- näpuotsatäis soola
- 16 g vaniljesuhkrut
- 1 tl oliiviõli
- 2 sl rasvaint praadimiseks

Kastme koostisosad:

- 1 NutriKid maasika- või šokolaadimaitseline
- 2 banaani

Valmistamine:

1. Munad kloppida näputäie soolaga, segada juurde piim ja jahu.
2. Viimasena lisada oliiviõli ja vaniljesuhkur.
3. Küpsetada taignast pannkoogid.
4. Segada kokku kõik kastme koostisosad.
5. Valada pannkoogid kastmega üle ja nautida valminud rooga.



Šokolaadi-pähkli muffinid (12 tk)

Koostisosad:

- 1,5 tassi jahu
- näpuotsatäis soola
- 2 tl küpsetuspulbrit
- 2 spl kakaod
- 0,5 tassi suhkrut
- 0,5 tassi pruuni suhkrut
- 1 NutriKid šokolaadimaitseline
- 1 muna
- 5 sl õli
- 100 g piimašokolaadi
- 100 g kreeka pähkleid
- vanilje

Valmistamine:

1. Lõigata šokolaad väikesteks tükkideks ja hakkida pähklid.
 2. Segada teises kausis kokku kuivained: jahu, sool, küpsetuspulber ja suhkrud.
 3. Väiksemas kausis segada vedelad koostisosad: NutriKid, kakao, muna, õli ja vanilje.
 4. Lisada vedelad koostisained kuivainete segusse, lisada šokolaad ja pähklid ja segada segu ühtlaseks massiks.
 5. Taigen valada silikoonist või metallist muffinite vormidesse, millesse on asetatud muffinite küpsetamiseks paberkorvikesed (täidetakse taignaga umbes kolmveerand kõrgusest).
- Küpsetada 180°C juures 20-25 minutit.

Jäätis (2 portsu)

Koostisosad:

- 1 NutriKid šokolaadi- või maasikamaitseline

Valmistamine:

1. Valada NutriKid külmutamiseks sobivasse nõusse.
2. Hoida sügavkülmas 8 tundi.
3. Jäätis on valmis!



Kokteil (2 portsu)

Maasikakokteili koostisosad:

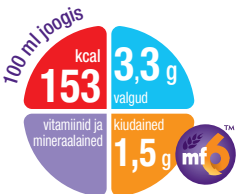
- umbes 180 ml jogurtit
- 100 g maasikaid
- 1 NutriKid maasikamaitseline

Šokolaadikokteili koostisosad:

- 200 ml piima
- 1 banaan
- 1 NutriKid šokolaadimaitseline

Valmistamine:

1. Asetada kõik koostisosad kannmikserisse.
 2. Segada korralikult.
- Kokteili maitseid on võimalik varieerida kasutades selleks näiteks erinevaid marju: vaarikad, karusmarjad, kiivi, sõstar, jne.



NutriKid
maasikamaitseline



NutriKid
šokolaadimaitseline

Energia ja toitainetesisaldus

(100 ml tootes)

Energiasisaldus	kJ/kcal	640/153	640/153
Rasvad (40 E%)	g	6,8	6,8
- millest küllastunud rasvhapped	g	0,7	0,7
Süsivesikud (49 E%)	g	18,8	18,8
- millest suhkruid	g	7,4	7,4
- millest laktoosi	g	<0,025	<0,025
Kiudained (2 E%)	g	1,5	1,5
Valgud (9 E%)	g	3,3	3,3
Sool	g	0,17	0,16

Vitamiinid			
A	µg RE	61	61
D	µg	1,5	1,5
E	mg α-TE	1,9	1,9
C	mg	15	15
K	µg	6,0	6,0
Tiamiin	mg	0,23	0,23
Riboflaviin	mg	0,24	0,24
Niatsiin	mg (mg NE)	0,88 (1,65)	0,88 (1,65)
B6	mg	0,18	0,18
Foolhape	µg	23	23
B12	µg	0,26	0,26
Biotiin	µg	6,0	6,0
Pantoteenhape	mg	0,50	0,50

Mineraalained ja mikroelemendid			
Naatrium	mg	67	65
Kaalium	mg	140	153
Kloriidid	mg	100	92
Kaltsium	mg	84	84
Fosfor	mg	75	75
Magneesium	mg	17	17
Raud	mg	1,5	1,5
Vask	mg	0,135	0,135
Tsink	mg	1,5	1,5
Mangaan	mg	0,23	0,23
Jood	µg	15,0	15,0
Molübdeen	µg	6,0	6,0
Seleen	µg	4,5	4,5
Kroon	µg	5,3	9,0
Fluor	mg	0,11	0,11

Muud			
Karotenoidid	mg	0,15	0,15
L-karnitiin	mg	3	3
Koliin	mg	30	30
Tauriin	mg	11	11
Osmolaarsus	mOsmol/l	440	440

Vited: 1. "The Concise New Zealand Food Compositon Tables, 10th Editon 2013, New Zealand Institute for Crop and Food Research Ltd." 2. Guimber D et al. J Pediatr Gastroenterol Nutr 2007; 44: e201 (PN1-15). 3. Daly A et al. J Hum Nutr Diet 2004; 17: 365-370. 4. Trier E et al. J Pediatr Gastroenterol Nutr 1999; 27: 595. 5. Hofman Z et al. Clin Nutr 2001, 20 (Supp 3): 63-64. 6. Grogan J et al. J Hum, Nutr Diet 2006; 19: 462. 7. PHARMAC Pharmaceutical Schedule 2016.

NutriMedical OÜ
Türi 3, 11313 Tallinn
Tasuta infotelefon: 800 3663 · info@nutrimedical.ee
www.nutriciamedical.ee · www.nutrikid.ee



Abiks
haiguse ajal!



Materjal on ette nähtud kasutamiseks ainult meditsiinitöötajatele.



Kui laps on haige...



Isegi kerge infektsioon ja väike palavik võib suurendada valguvajadust kuni 80%



Iga lisanduv 1°C kehatemperatuuri suurendab energiavajadust kuni 12%
4 - 7 aasta vanuses on see umbes 204 kcal

Suurenenud energiavajadus

põhjus



tagajärg

Isutus - vajalike toitainete saamine raskendatud

Valguvaegus - mõjutab immuunsüsteemi tööd



Vastupanu haigustele nõrgeneb

Kuidas tagada piisav toitainete saamine isutuse korral?

NutriKid Multi Fibre on toitaineliselt täisväärtuslik ja sisaldab kõiki vajalikke toitaineid. Üks 200 ml pudel sisaldab:¹



NutriKid Multi Fibre kasutamisinäidustused ja omadused

Kasutamisinäidustused

- ✓ Alatoitumuse risk/alatoitumus
- ✓ Vähene söömine haiguse tõttu
- ✓ Taastumisperiood haiguse järgselt
- ✓ Isutus
- ✓ Ägeda või kroonilise haiguse tõttu suurenenud energia ja toitainete vajadus

Toote omadused

- ✓ Senergia ja valgurikas, et asendada haiguse tõttu tekkinud defitsiidid
- ✓ Toitaineliselt täisväärtuslikud - sisaldab kõiki lapsele vajalikke vitamiine ja mineraalaineid
- ✓ Hea maitsega, mistõttu lihtne tarbida
- ✓ Ainulaadne MF6 kiudainete segu, mis toetab seedesüsteemi funktsioneerimist ja aitavad luua tervisele soodsa mikrofloora²⁻⁶
- ✓ Sobivas pudelis laste jaoks

Doseerimine

NutriKidi kasutatakse ainult meditsiinipersonali soovitusel. Tabelis on toodud soovituslik doseerimise skeem.

vanus/ energiavajadus päevas	INFEKTSIOONI AJAL		PARANEMISPERIOODIS	
	normaalne toitumus	alatoitumus	normaalne toitumus	alatoitumus
1 - 3 aastat/ 1000 kcal	1 pudel/päevas 300 kcal 2 - 3 annusena	1,5 pudelit/päevas 450 kcal 3 - 4 annusena	0,5 pudelit/päevas 120 kcal 2 - 3 annusena	1 pudel/päevas 300 kcal 3 - 4 annusena
4 - 6 aastat/ 1600 kcal	1,5 pudelit/päevas 450 kcal 3 - 4 annusena	2,5 pudelit/päevas 750 kcal 3 - 4 annusena	1 pudel/päevas 300 kcal 2 - 3 annusena	1,5 pudelit/päevas 450 kcal 3 - 4 annusena
7 - 12 aastat/ 2000 kcal	2 pudelit/päevas 600 kcal 2 - 3 annusena	3 pudelit/päevas 900 kcal 3 - 4 annusena	1,5 pudelit/päevas 450 kcal 3 - 4 annusena	2,5 pudelit/päevas 750 kcal 3 - 4 annusena

NB! Kasutatakse ainult meditsiinitöötaja järelevalve all.
NutriKid on toit meditsiinilisel näidustusel kasutamiseks alatoitumuse korral lapseas.