

# Alfamino®

## JUNIOR



Anpassat för barn över 1 år med  
komjölksproteinallergi

Alfamino® Junior kan drickas som  
kosttillsägg, användas som berikning  
eller ges som enda föda/sondmat.

För att öka näringsinnehållet i barnets mjölkfria kost kan du använda  
Alfamino® Junior i matlagningen.

I denna broschyr hittar du bra och goda recept, använd dem gärna som  
inspiration för att tillaga barnets egna favoriter med Alfamino® Junior.

### Doseringstabell

Total volym (ml)	Energi kcal	Antal strukna mått*	Vatten (ml)
150	150	6	125
200	200	8	170
300	300	12	250
500	500	20 (104 g)	420
1000	1000	40 (207 g)	840

Doseringstabell, att användas som riktmärke. Ansvarig läkare bör beräkna lämpligt dygnsintag  
individuellt för varje barn.

\*Använd endast måttkopan som finns i förpackningen. Måttstorlek: 5,2 g.

Alfamino® Junior är ett livsmedel för speciella medicinska ändamål för näringsmässig kostbehandling av svår komjölksproteinallergi och/eller  
multipel födoämnesallergi och/eller malabsorption. Alfamino är näringsmässigt komplett och lämplig som enda näringskälla. Ska användas  
under medicinsk övervakning.

Nestlé Health Science,  
Box 6026, 102 31 Stockholm  
Tel: 08-561 525 00, [www.nestlehealthscience.se](http://www.nestlehealthscience.se)



# Alfamino®

## JUNIOR

### Receptbroschyr





## Blomkål-/broccolisoppa

Ger 4 portioner

250 g Blomkål  
250 g Broccoli  
½ st Lök  
600 ml Vatten  
1 ½ st Grönsaks-  
buljongtärning  
Lite olja

**Alfamino® Junior**

Hacka löken och fräs den lätt i olja i en kastrull. Dela blomkål och broccoli i bitar. Tillsätt grönsakerna, vatten och buljongtärning. Låt koka i ca. 10 min tills grönsakerna är mjuka. Mixa till en jämn konsistens.

Blanda 16 mått **Alfamino® Junior** (83,2g) med 240ml vatten och tillsätt detta i soppan.

Smaka av med salt och peppar, rör om och servera.



## Hemgjord frukt- och bärglass

Ger flera glassar

**Tropisk**  
150 g Tropisk  
smoothieblandning\*  
2 msk Jordnötssmör eller  
½ banan  
100 g Kokt och kyld  
sötpotatis eller  
morot  
150 ml Färdigblandad  
**Alfamino® Junior**

**Bär**  
100 g Hallon  
(frysta\* eller färska)  
½ st Banan  
150 ml Färdigblandad  
**Alfamino® Junior**  
3 msk Växtbaserad  
yoghurt t.ex.  
kokosbaserad

Mixa ingredienserna i en blender, med stavmixer eller liknande. Fyll i glassformar och frys i minst två timmar. Antalet glassar beror på vilka formar du använder.



## Pannkakor/plättar

Ger ca 12 små plättar

1 st Ägg/1 portion  
äggersättning  
1 ½ dl Mjöl (havremjöl  
eller glutenfri  
mjölblandning)  
150 ml Färdigblandad  
**Alfamino® Junior**  
½ tsk Bakpulver

Stek i olja eller mjölkfritt margarin på medelvärme. Vänd när det bubblar på ovsidan.

## Chokladdryck

1 portion

150 ml **Alfamino® Junior**  
2 msk Oboy  
chokladpulver

Blanda och skaka.



## Bärdryck

Ger 1 portion

150 ml Kall färdigblandad  
**Alfamino® Junior**  
2 msk Blåbär (frysta\*  
eller färska)  
2 msk Hallon (frysta\*  
eller färska)

Mixa ingredienserna i en blender, med stavmixer eller liknande.

\* Livsmedelsverkets rekommendation: koka frysta, importerade bär innan förtäring.

