



Gepubliceerd op *Nestlé Baby* (<https://www.nestlebaby.be>)

[Start](#) > Welke kindermelk moet je kiezen?

---

Deel dit Artikel

X



## Welke kindermelk moet je kiezen?

Ik geef mijn baby flesvoeding en ik moet toegeven dat ik niet weet wat ik in de winkel moet kiezen uit de verschillende soorten kindermelk. Wat moet ik weten om een goede keuze te maken?

<https://www.nestlebaby.be/nl/welke-kindermelk-moet-je-kiezen> <sup>[1]</sup>

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## Welke kindermelk moet je kiezen?

Ik geef mijn baby flesvoeding en ik moet toegeven dat ik niet weet wat ik in de winkel moet kiezen uit de verschillende soorten kindermelk. Wat moet ik weten om een goede keuze te maken?

Woensdag, 15 maart, 2017 - 15:14

- <sup>[5]</sup>
- [Printen](#) <sup>[1]</sup>
- [Delen](#)

Het is niet gemakkelijk om er wijs uit te worden! Een kindermelk kiezen uit de verschillende merken, leeftijden, voedingsvoordelen, vloeibare of poedervorm... is soms een hele opgave. Maak je niet ongerust: je pediater, jouw belangrijkste bondgenoot, zal je het goede voorschrift voor de juiste melk geven. Niettemin beveelt de Wereldgezondheidsorganisatie (WGO) tijdens de eerste 6 maanden uitsluitend borstvoeding aan.

Een overzicht van de verschillende soorten melk, terwijl je uittest welke melk voldoet aan de specifieke behoeften van je baby.

## Welke melk voor welke leeftijd?

Voor baby's in goede gezondheid bestaan er 3 verschillende soorten kindermelk:

- Een startmelk is een melk voor zuigelingen die beantwoordt aan de voedingsbehoeften

van je baby tijdens de eerste maanden.

- Een opvolgmelk is een melk voor zuigelingen die net beginnen met het uitbreiden van hun voedingspakket.
- En groeimelk is bestemd voor kinderen vanaf 12 maanden tot 3 jaar.

## Hoe kies je de opvolgmelk?

Je hebt beslist om over te stappen op flesvoeding. Samen met je pediater zal je een melk moeten kiezen die beantwoordt aan de behoeften van je baby. Elke melk heeft zo zijn specifieke kenmerken:

- Begin je borstvoeding af te bouwen? Er bestaat aangepaste melk als aanvulling op of ter vervanging van moedermelk.. In deze soorten melk zit er een kleine hoeveelheid eiwitten.
- Als je familie een voorgeschiedenis heeft van allergieën, dan kan je pediater je een hypoallergene kindermelk aanbevelen.
- Als je baby tot slot vaak last heeft van oprispingen, dan bestaat er aangedikte melk die verrijkt is met zetmeel.

## Een melk die bedacht is voor de groei van je baby

**Tot de leeftijd van 3 jaar is koemelk** te arm aan ijzer, aan essentiële vetzuren en te rijk aan eiwitten) niet aangepast aan de specifieke behoeften van een kind. Het bevindt zich immers meer dan ooit in een actieve ontwikkelingsfase. Je kleine kapoen leert stappen, praten, het loopt overal rond. Kortom, het heeft energie nodig! Daarom is het belangrijk dat je hem een melk geeft die niet alleen zink bevat om goed te groeien, maar ook ijzer voor zijn natuurlijke afweersysteem. . Een heel programma!

**Vanaf 12 maanden** kan je op die manier beginnen met je kind groeimelk te geven. Deze melk, die aan zijn behoeften beantwoordt, bevat in de eerste plaats een aangepast gehalte aan eiwitten (52 % minder dan koemelk). Het is ook een bron van essentiële voedingsstoffen: ijzer, calcium en vitamine C.

**Vanaf de leeftijd van 18 maanden** kun je voor een andere formule kiezen, m.a.w. voor een melk die voldoet aan zijn overweldigende vitaliteit, een melk die hem 3 keer meer vetzuren zal leveren voor een goede ontwikkeling van je kleine schat.

*Goed om weten: je kan de groeimelk van Nestlé gebruiken in de recepten die je voor je baby klaarmaakt., in puree's, compotes enz.*

[Lees meer](#) <sup>[6]</sup>

---

**Bron-URL:** <https://www.nestlebaby.be/nl/welke-kindermelk-moet-je-kiezen>

### Links

[1] <https://www.nestlebaby.be/nl/welke-kindermelk-moet-je-kiezen>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.be/nl/welke-kindermelk-moet-je-kiezen&media=https://www.nestlebaby.be/sites/g/files/sxd1076/f/styles/thumbnail/public/field/image/474910105\\_5.jpg](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.be/nl/welke-kindermelk-moet-je-kiezen&media=https://www.nestlebaby.be/sites/g/files/sxd1076/f/styles/thumbnail/public/field/image/474910105_5.jpg)  
kindermelk moet je kiezen?

[3]

<https://twitter.com/share?text=Welke%20kindermelk%20moet%20je%20kiezen%3F%20&url=https%3A//www.nestle.com/nl/kindermelk-moet-je-kiezen>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.be/nl/welke-kindermelk-moet-je-kiezen>

[5] <https://www.nestlebaby.be/nl/printpdf/19731>

[6] <https://www.nestlebaby.be/nl/javascript%3A%3B>