

## Aufbewahrung der Muttermilch

### Informationsblatt für Eltern

Es ist ratsam die Muttermilch in 60 – 120 ml Portionen abzufüllen, aber auch kleinere Mengen sind oft praktisch, da sich die Verwendung leichter steuern lässt.

Die Muttermilch kann aufbewahrt und eingefroren werden.

### Richtlinien zur Aufbewahrung

Zustand der Milch	Raumtemperatur	Kühlschrank	Tiefkühlgerät
Frische MM in einem verschlossenen Behälter	Nicht aufbewahren bei Raumtemperatur. Kühlkette nicht unterbrechen.	3 Tage bei 4°C oder darunter. An der kältesten Stelle des Kühlschranks aufbewahren (Rückwand).	2 Wochen in einem Tiefkühlabteil im Kühlschrank 3-4 Monate in einem Tiefkühlabteil eines Kühlschranks mit eigenständiger Kühlung 6 Monate und länger in einem separaten Tiefkühlgerät bei konstant -19°C
Im Kühlschrank aufgetaute MM, noch nicht aufgewärmt	4 h oder weniger	24 h	Nicht wieder einfrieren
Im Wasserbad wieder aufgetaute MM	Bis zur Beendigung der Mahlzeit	4 h	Nicht wieder einfrieren
Nach Beginn der Mahlzeit	Bis zur Beendigung der Mahlzeit	Milch nicht wieder anbieten, nicht wieder kühlen	Milch nicht wieder anbieten, nicht wieder tiefkühlen

### Transport der Muttermilch

Für längere Transporte eignen sich gut isolierende Behälter mit Kühlelementen.