

CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Moyennes des différentes recommandations internationales
Chiffres valables dans le cas de recueils réalisés dans de bonnes conditions d'hygiène, pour des bébés nés à terme et en bonne santé.



4 heures

À température ambiante, de 19 à 22°C

3 à 5 jours RECOMMANDÉ

Au réfrigérateur, en position centrale, 4°C max.

4 mois

Au freezer (congélateur combiné au réfrigérateur), -12°C

3 à 6 mois

Au congélateur indépendant, -18°C

La congélation prolongée diminue légèrement la valeur nutritive du lait maternel.

BON À SAVOIR

Une fois entamé, un biberon de lait fraîchement exprimé (ou gardé au frigo moins de 5 jours) peut être remis au frais pour 24h maximum.

Pour décongeler votre lait :

- Réfrigérateur pendant 6h → à consommer dans les 24h.
- Bain-marie ou eau chaude (pas de micro-ondes) → à consommer aussitôt.

ASTUCES

- Pensez à bien noter la date et l'heure du recueil sur chaque contenant.
- Congelez des petites quantités (pour compléter un biberon, délayer une purée...)

Retrouvez toutes nos infographies sur vanillamilk.fr

CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Moyennes des différentes recommandations internationales
Chiffres valables dans le cas de recueils réalisés dans de bonnes conditions d'hygiène, pour des bébés nés à terme et en bonne santé.



4 heures

À température ambiante, de 19 à 22°C

3 à 5 jours RECOMMANDÉ

Au réfrigérateur, en position centrale, 4°C max.

4 mois

Au freezer (congélateur combiné au réfrigérateur), -12°C

3 à 6 mois

Au congélateur indépendant, -18°C

La congélation prolongée diminue légèrement la valeur nutritive du lait maternel.

BON À SAVOIR

Une fois entamé, un biberon de lait fraîchement exprimé (ou gardé au frigo moins de 5 jours) peut être remis au frais pour 24h maximum.

Pour décongeler votre lait :

- Réfrigérateur pendant 6h → à consommer dans les 24h.
- Bain-marie ou eau chaude (pas de micro-ondes) → à consommer aussitôt.

ASTUCES

- Pensez à bien noter la date et l'heure du recueil sur chaque contenant.
- Congelez des petites quantités (pour compléter un biberon, délayer une purée...)

Retrouvez toutes nos infographies sur vanillamilk.fr

CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Moyennes des différentes recommandations internationales
Chiffres valables dans le cas de recueils réalisés dans de bonnes conditions d'hygiène, pour des bébés nés à terme et en bonne santé.



4 heures

À température ambiante, de 19 à 22°C

3 à 5 jours RECOMMANDÉ

Au réfrigérateur, en position centrale, 4°C max.

4 mois

Au freezer (congélateur combiné au réfrigérateur), -12°C

3 à 6 mois

Au congélateur indépendant, -18°C

La congélation prolongée diminue légèrement la valeur nutritive du lait maternel.

BON À SAVOIR

Une fois entamé, un biberon de lait fraîchement exprimé (ou gardé au frigo moins de 5 jours) peut être remis au frais pour 24h maximum.

Pour décongeler votre lait :

- Réfrigérateur pendant 6h → à consommer dans les 24h.
- Bain-marie ou eau chaude (pas de micro-ondes) → à consommer aussitôt.

ASTUCES

- Pensez à bien noter la date et l'heure du recueil sur chaque contenant.
- Congelez des petites quantités (pour compléter un biberon, délayer une purée...)

Retrouvez toutes nos infographies sur vanillamilk.fr

CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Moyennes des différentes recommandations internationales
Chiffres valables dans le cas de recueils réalisés dans de bonnes conditions d'hygiène, pour des bébés nés à terme et en bonne santé.



4 heures

À température ambiante, de 19 à 22°C

3 à 5 jours RECOMMANDÉ

Au réfrigérateur, en position centrale, 4°C max.

4 mois

Au freezer (congélateur combiné au réfrigérateur), -12°C

3 à 6 mois

Au congélateur indépendant, -18°C

La congélation prolongée diminue légèrement la valeur nutritive du lait maternel.

BON À SAVOIR

Une fois entamé, un biberon de lait fraîchement exprimé (ou gardé au frigo moins de 5 jours) peut être remis au frais pour 24h maximum.

Pour décongeler votre lait :

- Réfrigérateur pendant 6h → à consommer dans les 24h.
- Bain-marie ou eau chaude (pas de micro-ondes) → à consommer aussitôt.

ASTUCES

- Pensez à bien noter la date et l'heure du recueil sur chaque contenant.
- Congelez des petites quantités (pour compléter un biberon, délayer une purée...)

Retrouvez toutes nos infographies sur vanillamilk.fr