



GastouderbureauNL

gobnl.nl

Bewaren en Opwarmen van Moedermelk

Protocol Bewaren en Opwarmen van Moedermelk

Gastouderbureau NL

1. Doel

Dit protocol beschrijft de richtlijnen voor het hygiënisch bewaren, ontdooien en opwarmen van moedermelk binnen de gastouderopvang. Zo wordt de veiligheid en kwaliteit van de melk gewaarborgd en de gezondheid van het kind beschermd.

2. Algemeen

- Moedermelk wordt altijd voorzien van:
 - **Naam van het kind**
 - **Datum en tijdstip van afkolven**
 - Moedermelk wordt gescheiden bewaard van andere voedingsmiddelen.
 - Melk van verschillende kolfmomenten wordt niet gemengd, tenzij de melk dezelfde dag is gekolfd en dezelfde temperatuur heeft bereikt.
-

3. Bewaren van moedermelk

In de koelkast ($\leq 4^{\circ}\text{C}$):

- Vers gekolfde melk: maximaal **3 dagen**.
- Ontdooide moedermelk (in de koelkast ontdooit): maximaal **24 uur**.
- Belangrijk: nooit opnieuw invriezen.

In de vriezer:

- In een **vriesvak in koelkast** (-6°C): maximaal **2 weken**.
 - In een **vrieskast met aparte deur** (-18°C of kouder): maximaal **6 maanden**.
-

4. Ontdooien van moedermelk

- Ontdooi moedermelk **bij voorkeur in de koelkast**. Dit duurt 12–24 uur.
- Snelle methode: het gesloten flesje of zakje onder stromend **lauwwarm water** houden.

- Moedermelk nooit op kamertemperatuur laten ontdooien.
 - Ontdooide melk binnen **24 uur** gebruiken.
-

5. Opwarmen van moedermelk

- Gebruik een **flesverwarmer** of plaats de fles in een bakje met warm water.
 - Moedermelk **niet koken** en niet opwarmen in de magnetron (ongelijke verhitting en verlies van voedingsstoffen).
 - Controleer de temperatuur vóór het geven door een druppel op de binnenkant van de pols te testen (lauw/warm, niet heet).
-

6. Gebruik van moedermelk

- Voor gebruik de fles voorzichtig ronddraaien om vet en vloeistof te mengen (niet schudden).
 - Melk die is overgebleven na het voeden moet binnen **1 uur** worden weggegooid.
 - Melk die langer dan **2 uur** op kamertemperatuur heeft gestaan, mag niet meer gebruikt worden.
-

7. Hygiëne

- Handen wassen vóór het hanteren van moedermelk.
 - Schoon en steriel materiaal gebruiken (flesjes, spenen, doppen).
 - Opvangmaterialen na gebruik goed reinigen en regelmatig steriliseren.
-

8. Verantwoordelijkheden

- **Gastouder**: correct bewaren, opwarmen en aanbieden van moedermelk volgens dit protocol.
 - **Ouders**: melk voorzien van naam, datum en duidelijke instructies.
 - **Gastouderbureau NL**: toezicht en ondersteuning bij naleving van dit protocol.
-

✦ *Dit protocol is onderdeel van het hygiëne- en voedingsbeleid van Gastouderbureau NL*