

# Moedermelk

## Bewaren

### Optimale bewaartijd

#### Vers afgekolfdde moedermelk

Kamertemperatuur (16-29°)	4 uur*
Koelkast (4°)	4 dagen**
Diepvries (-18°)	6 maanden***
Koeltas met bevroren koelement (15°)	Max 24 uur

#### Ontdooide moedermelk

Kamertemperatuur (16-29°)	2 uur
Koelkast (4°)	24u (achter in koelkast)
Diepvries	Niet opnieuw invriezen

#### Restje opgewarmde moedermelk

Kamertemperatuur (16-29°)	1 uur
Diepvries	Niet opnieuw invriezen

\*(\*\*) Deze bewaartijden gelden in de kinderopvang.  
Ouders kunnen moeder melk thuis mogelijk langer bewaren.



koelkast



diepvriezer



## Ontdooien

### Langzaam ontdooien

#### • Zakje



ongeveer 8 uur

### Snel ontdooien

#### • Zakje



-4 tot -20 °C → tussen 0 en 15 °C 4 minuten

## Opwarmen



flessenwarmer



warmwaterbad