

LA CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Le lait maternel se conserve sous certaines conditions de **délai** et de **température**. Il est important de respecter ces conditions pour la bonne santé du bébé.

Je tire mon lait et je le récupère.



1 heure

Tout de suite après avoir tiré le lait, je le transporte avec **un sac isotherme et un pain de glace**.



Je garde le lait dans le sac isotherme pendant 1 heure maximum avant de le mettre au réfrigérateur.

TEMPÉRATURE AMBIANTE

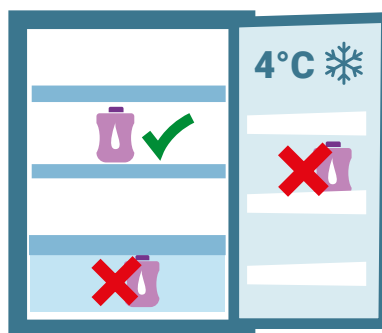
4 heures



Je conserve le lait à température ambiante de 19°C à 25°C pendant 4 heures maximum. **Je l'utilise tout de suite après.**

RÉFRIGÉRATEUR

2 à 4 jours

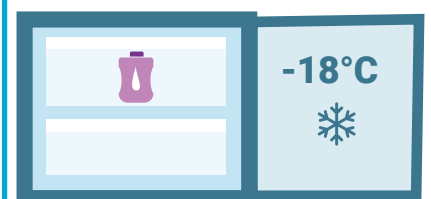


Je conserve le lait au réfrigérateur pendant 2 à 4 jours maximum à température +4°C.

Je ne mets pas le lait dans la porte du réfrigérateur. Je ne mets pas le lait dans le bac à légumes.

CONGÉLATEUR

4 à 6 mois



Je conserve le lait au congélateur à température -18°C pendant 4 à 6 mois maximum.

Avant de placer le lait au congélateur, je le refroidis dans le réfrigérateur.