

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਚੂਰਨ ਵਾਲ ਫਾਰਮੂਲਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ

ਆਇਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਬਾਲ ਫਾਰਮੂਲਾ ਖਰੀਦੋ.

- ਖਤਮ ਹੋਣ ਦੀ ਤਾਰੀਖ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਇਕ ਵਾਰ ਖੁੱਲ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ.
- ਸਿਰਫ ਉਸ ਸਕੂਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੋ ਫਾਰਮੂਲੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ.
- ਬੋਤਲਾਂ ਥੋੜੇ, ਨਿੱਪਲ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਉਪਕਰਣ ਗਰਮ, ਸਾਬਣ ਵਾਲੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਧੋਵੋ, ਸਾਰੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਅਤੇ ਨਿੱਪਲ ਨੂੰ 2 ਮਿੰਟ ਲਈ ਸਾਬਣ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਉਬਾਲੋ

ਮਿਕਸਿੰਗ ਫਾਰਮੂਲਾ ਲਈ ਪਾਣੀ: * ਟੂਟੀ ਪਾਣੀ ਨੂੰ 2 ਮਿੰਟ ਲਈ ਉਬਾਲੋ, ਬੋਤਲਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਉਬਾਲ ਕੇ ਜਾਂ ਜਲਦੀ ਹੀ ਬਣਾਓ. 70°C ਤੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਗਰਮ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਪਾਊਡਰ ਫਾਰਮੂਲੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ. ਫਾਰਮੂਲਾ ਮਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਠੰਡਾ ਕਰੋ.

ਇੱਕ 2 ਆਊਂਸ (60 ਮਿ.ਲੀ.) ਦੀ ਬੋਤਲ



ਪਹਿਲਾਂ 2 ਰੰਚਕ (60 ਮਿ.ਲੀ.) ਪਾਣੀ ਪਾਓ, ਫਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ.

1 ਪੱਧਰੀ ਸਕੂਪ ਪਾਊਡਰ

ਇੱਕ 4 ਆਊਂਸ (120 ਮਿ.ਲੀ.) ਦੀ ਬੋਤਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ



ਪਹਿਲਾਂ 4 ਰੰਚਕ (120 ਮਿ.ਲੀ.) ਪਾਣੀ ਪਾਓ, ਫਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ.

2 ਪੱਧਰੀ ਸਕੂਪ ਪਾਊਡਰ

ਇੱਕ 6 ਆਊਂਸ (180 ਮਿ.ਲੀ.) ਦੀ ਬੋਤਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ



ਪਹਿਲਾਂ 6 ਰੰਚਕ (180 ਮਿ.ਲੀ.) ਪਾਣੀ ਪਾਓ, ਫਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ.

3 ਪੱਧਰੀ ਸਕੂਪ ਪਾਊਡਰ

ਇੱਕ 8 ਆਊਂਸ (240 ਮਿ.ਲੀ.) ਦੀ ਬੋਤਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ



ਪਹਿਲਾਂ 8 ਰੰਚਕ (240 ਮਿ.ਲੀ.) ਪਾਣੀ ਪਾਓ, ਫਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ.

4 ਪੱਧਰੀ ਸਕੂਪ ਪਾਊਡਰ

• ਸਾਫ਼ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਨਿੱਪਲ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ, ਫਾਰਮੂਲੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਿਲਾਓ, ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਇਕ ਕਟੋਰੇ ਵਿਚ ਬੋਤਲ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਕਰੋ. ਤਾਪਮਾਨ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੜੋ ਅਤੇ ਖੁਆਓ.

ਇਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਫਾਰਮੂਲਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ. ਕੋਈ ਵੀ ਬਚਦਾ ਫਾਰਮੂਲਾ ਸੁੱਟ ਦਿਓ ਬੱਚਾ ਨਹੀਂ ਪੀਂਦਾ.

ਸੁਝਾਅ: ਤੁਸੀਂ ਬੋਤਲ ਬਣਾਏ ਅਨੁਸਾਰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਫਰਿਜ ਵਿਚ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ.

