



**MICHIGAN MEDICINE**  
UNIVERSITY OF MICHIGAN

# Comment préparer \_\_\_ kcal/oz pour

---

## Utilisation de cuillerées

How to prepare \_\_\_ kcal/oz for \_\_\_\_\_  
Using scoops (French)

---

### Consignes: Instructions:

1. Mesurez la quantité d'eau indiquée à l'aide d'une tasse à mesurer claire pour liquides.  
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
2. Ajoutez la quantité indiquée de cuillerées de lait maternisé. Utilisez uniquement la cuillère fournie dans la boîte de lait maternisé.  
Add listed amount of formula scoops. Use only the scoop provided in the formula container.
3. Remuez bien. Stir well.
4. Conservez le lait maternisé dans un récipient hermétiquement fermé au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures suivant le mélange.  
Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

Quantité d'Eau Amount of Water		Cuillerées de lait maternisé (cuillerées non tassées et arasées) Scoops of formula (unpacked and level scoops)		Onces Approximatives Préparées Approximate Ounces Made
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces

**Choses importantes à retenir: Important things to remember:**

- N'utilisez jamais de micro-onde pour chauffer le lait maternisé. Au lieu de cela, chauffez le lait maternisé mélangé dans un biberon en faisant couler de l'eau tiède sur le biberon ou en plaçant le biberon dans un récipient d'eau tiède.  
Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.
- Jetez toute préparation de lait maternisé restant dans le biberon dans les 2 heures suivant une tétée. N'utilisez pas la préparation restante pour la prochaine tétée.  
Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.
- N'utilisez pas de demi-cuillerées. Do not use half scoops.

Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de la recette/des informations figurant sur cette feuille, veuillez contacter:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

Nom: \_\_\_\_\_ Téléphone: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Phone: \_\_\_\_\_

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par University of Michigan Health pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par University of Michigan Health et pour lesquels University of Michigan Health n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [University of Michigan Health](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#).

Dernière révision: 10/07/2023

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

**This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.**



# Comment préparer \_\_\_ kcal/oz pour

## Utilisation de cuillerées

How to prepare \_\_\_ kcal/oz for \_\_\_\_\_  
Using scoops (French)

### Consignes: Instructions:

- Mesurez la quantité d'eau indiquée à l'aide d'une tasse à mesurer claire pour liquides.  
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
- Ajoutez la quantité indiquée de cuillerées de lait maternisé. Utilisez uniquement la cuillère fournie dans la boîte de lait maternisé.  
Add listed amount of formula scoops. Use only the scoop provided in the formula container.
- Remuez bien. Stir well.
- Conservez le lait maternisé dans un récipient hermétiquement fermé au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures suivant le mélange.  
Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

Quantité d'Eau Amount of Water		Cuillerées de lait maternisé (cuillerées tassées et arasées) Scoops of formula (packed and level scoops)		Onces Approximatives Préparées Approximate Ounces Made
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces
___ onces ounces	+		=	___ onces ounces

## Choses importantes à retenir: Important things to remember:

- N'utilisez jamais de micro-onde pour chauffer le lait maternisé. Au lieu de cela, chauffez le lait maternisé mélangé dans un biberon en faisant couler de l'eau tiède sur le biberon ou en plaçant le biberon dans un récipient d'eau tiède.

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- Jetez toute préparation de lait maternisé restant dans le biberon dans les 2 heures suivant une tétée. N'utilisez pas la préparation restante pour la prochaine tétée.

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

- N'utilisez pas de demi-cuillerées. Do not use half scoops.

Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de la recette/des informations figurant sur cette feuille, veuillez contacter:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

Nom: \_\_\_\_\_ Téléphone: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Phone: \_\_\_\_\_

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par University of Michigan Health pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par University of Michigan Health et pour lesquels University of Michigan Health n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [University of Michigan Health](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#).

Dernière révision: 10/07/2023

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

**This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.**



# Comment préparer \_\_\_ kcal/oz pour \_\_\_\_\_

## Mesurer avec des objets ménagers

How to prepare \_\_\_ kcal/oz for \_\_\_\_\_  
Using household measurements (French)

### Consignes: Instructions:

- Mesurez la quantité d'eau indiquée à l'aide d'une tasse à mesurer claire pour liquides.  
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
- Ajoutez la quantité indiquée de lait maternisé à l'aide de tasse à mesurer/cuillères.  
Add listed amount of formula using measuring cups/spoons.
- Remuez bien. Stir well.
- Conservez le lait maternisé dans un récipient hermétiquement fermé au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures suivant le mélange. Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

Quantité d'Eau Amount of Water		Quantité de Lait maternisé (cuillères non tassées et arasées) Amount of Formula (unpacked and level measurements)		Onces Approximatives Préparées Approximate Ounces Made
___ onces ounces	+	___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces
___ onces ounces	+	___ tasse cup + ___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces
___ onces ounces	+	___ tasse cup + ___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces
___ onces ounces	+	___ tasse cup + ___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces

## Choses importantes à retenir: Important things to remember:

- N'utilisez jamais de micro-onde pour chauffer le lait maternisé. Au lieu de cela, chauffez le lait maternisé mélangé dans un biberon en faisant couler de l'eau tiède sur le biberon ou en plaçant le biberon dans un récipient d'eau tiède.

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- Jetez toute préparation de lait maternisé restant dans le biberon dans les 2 heures suivant une tétée. N'utilisez pas la préparation restante pour la prochaine tétée.

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de la recette/des informations figurant sur cette feuille, veuillez contacter:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

Nom: \_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Phone: \_\_\_\_\_

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par University of Michigan Health pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par University of Michigan Health et pour lesquels University of Michigan Health n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [University of Michigan Health](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#).

Dernière révision: 10/07/2023

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

**This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.**



**MICHIGAN MEDICINE**  
UNIVERSITY OF MICHIGAN

# Comment préparer \_\_\_ kcal/oz pour \_\_\_\_\_

## Mesurer avec des objets ménagers

How to prepare \_\_\_ kcal/oz for \_\_\_\_\_  
Using household measurements (French)

### Consignes: Instructions:

- Mesurez la quantité d'eau indiquée à l'aide d'une tasse à mesurer claire pour liquides.  
Measure out listed amount of water using a clear liquid measuring cup.
- Ajoutez la quantité indiquée de préparation à l'aide de tasse à mesurer/cuillères.  
Add listed amount of formula using measuring cups/spoons.
- Remuez bien. Stir well.
- Conservez le lait maternisé dans un récipient hermétiquement fermé au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures suivant le mélange.  
Store the formula in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

Quantité d'Eau Amount of Water		Quantité de Préparation (cuillères tassées et arasées) Amount of Formula (packed and level measurements)		Onces Approximatives Préparées Approximate Ounces Made
___ onces ounces	+	___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces
___ onces ounces	+	___ tasse cup + ___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces
___ onces ounces	+	___ tasse cup + ___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces
___ onces ounces	+	___ tasse cup + ___ cuillères à soupe tablespoons + ___ cuillères à café teaspoons	=	___ onces ounces

## Choses importantes à retenir: Important things to remember:

- N'utilisez jamais de micro-onde pour chauffer le lait maternisé. Au lieu de cela, chauffez le lait maternisé mélangé dans un biberon en faisant couler de l'eau tiède sur le biberon ou en plaçant le biberon dans un récipient d'eau tiède.

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- Jetez toute préparation de lait maternisé restant dans le biberon dans les 2 heures suivant une tétée. N'utilisez pas la préparation restante pour la prochaine tétée.

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de la recette/des informations figurant sur cette feuille, veuillez contacter:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

Nom: \_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Phone: \_\_\_\_\_

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par University of Michigan Health pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par University of Michigan Health et pour lesquels University of Michigan Health n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine  
Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [University of Michigan Health](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#).

Dernière révision: 10/07/2023

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

**This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.**



# Comment enrichir le lait maternel à l'aide de \_\_\_\_\_

How to fortify breast milk using \_\_\_\_\_ (French)

## Consignes: Instructions:

1. Mesurez la quantité de lait maternel indiquée à l'aide d'une tasse à mesurer claire pour liquides.

Measure out listed amount of breast milk using a clear liquid measuring cup.

2. Ajoutez la quantité indiquée de préparation à l'aide de cuillerées.

Add listed amount of formula using measuring spoons.

3. Bien mélanger. Mix well

4. Conservez le lait maternel dans un récipient hermétiquement fermé au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures suivant le mélange.

Store the breast milk in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

Calories par Once Calories per Ounce	Quantité de Lait Maternel Amount of Breast Milk		Quantité de Lait maternisé (cuillerées non tassées et arasées) Amount of Formula (unpacked and level measurements)
<input type="checkbox"/> 22	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 24	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 26	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 28	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 30	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons

## Choses importantes à retenir: Important things to remember:

- N'utilisez jamais de micro-ondes pour chauffer le lait maternel. Au lieu de cela, chauffez le lait maternel dans un biberon en faisant couler de l'eau tiède sur le biberon ou en plaçant le biberon dans un récipient d'eau chaude.

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- Jetez le lait maternel restant dans le biberon dans les 2 heures suivant une tétée. N'utilisez pas la préparation restante pour la prochaine tétée.

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de la recette/des informations figurant sur cette feuille, veuillez contacter:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

Nom: \_\_\_\_\_ Téléphone: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Phone: \_\_\_\_\_

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par University of Michigan Health pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par University of Michigan Health et pour lesquels University of Michigan Health n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine  
Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [University of Michigan Health](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#).

Dernière révision: 10/07/2023

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

**This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.**

# Comment enrichir le lait maternel à l'aide de \_\_\_\_\_

How to fortify breast milk using \_\_\_\_\_ (French)

## Consignes: Instructions:

1. Mesurez la quantité de lait maternel indiquée à l'aide d'une tasse à mesurer claire pour liquides.

Measure out listed amount of breast milk using a clear liquid measuring cup.

2. Ajoutez la quantité indiquée de préparation à l'aide de cuillerées.

Add listed amount of formula using measuring spoons.

3. Bien mélanger. Mix well

4. Conservez le lait maternel dans un récipient hermétiquement fermé au réfrigérateur et utilisez-le dans les 24 heures suivant le mélange.

Store the breast milk in a tightly covered container in the refrigerator and use within 24 hours of mixing.

Calories par Once Calories per Ounce	Quantité de Lait Maternel Amount of Breast Milk		Quantité de Préparation (cuillerées tassées et arasées) Amount of Formula (packed and level measurements)
<input type="checkbox"/> 22	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 24	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 26	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 28	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons
<input type="checkbox"/> 30	4 onces ounces	+	___ cuillères à soupe + ___ cuillères à café ___ tablespoons + ___ teaspoons

## Choses importantes à retenir: Important things to remember:

- N'utilisez jamais de micro-ondes pour chauffer le lait maternel. Au lieu de cela, chauffez le lait maternel dans un biberon en faisant couler de l'eau tiède sur le biberon ou en plaçant le biberon dans un récipient d'eau chaude.

Never use a microwave to heat the formula. Instead, heat the mixed formula in a bottle by running warm water over the bottle or by placing the bottle in a container of warm water.

- Jetez le lait maternel restant dans le biberon dans les 2 heures suivant une tétée. N'utilisez pas la préparation restante pour la prochaine tétée.

Throw away any formula left in the bottle within 2 hours after a feeding. Do not use for next feeding.

Si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de la recette/des informations figurant sur cette feuille, veuillez contacter:

Questions or concerns about the recipe/information on this sheet, contact:

Nom: \_\_\_\_\_ Téléphone: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Phone: \_\_\_\_\_

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par University of Michigan Health pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par University of Michigan Health et pour lesquels University of Michigan Health n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine  
Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [University of Michigan Health](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#).

Dernière révision: 10/07/2023

Patient Education by [University of Michigan Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 07/10/2023

**This translation was made possible by Interpreter Services Translation Grant FY 24.**