

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр «Крепыш»»

Относительно безопасные продукты

Продукты нашей системы
включают в себя:

Капюшон, штаны, куртка, шапка,
пеленки, салфетки, платки, носочки,
перчатки, тапочки.

Игрушки, музыкальные инструменты,
книжки, альбомы, плакаты.

Брошюры, буклеты, журналы,
газеты, тетради, ручки, карандаши.

Консультация:

«Самые распространенные пищевые аллергены»

В состав готовых продуктов могут входить:

- красители,
- стабилизаторы,
- консерванты и пищевых добавок,
- искусственных подсластителей (сахарозаменители),
- поваренной соли (соды),
- ароматизаторов (ваниль),
- уксусной кислоты (уксус),
- лецитина,
- соевого масла,
- дрожжей,
- пшеничной муки,
- яйца,
- молока,
- коровьего жира,
- апельсина,
- лимонной кислоты,
- какао-бобов,
- арахиса,
- ореха,
- клубники,
- земляники,
- малины,
- вишни,
- клубники,
- земляники,
- малины,
- вишни.

В состав готовых продуктов могут входить для детей старше полутора

- 6 мес. – укроп и тмин
- 8 мес. – лук, чеснок, сельдерей и петрушка
- 9 мес. – сладкий и белый перец, лавровый лист
- 14 мес. – базилик, кориандр, душистый перец

Разработала: Садовая Г.М.
медсестра

г. Новокузнецк,

ноябрь 2022г.

Самые распространенные пищевые аллергены

• Яйца • Коровье молоко • Пшеница • Соя • Орехи • Рыба • Креветки

Относительно безопасные продукты

Продукты низкой степени аллергенности

Кабачок, цветная капуста, зеленое яблоко, слива, груша, рисовая каша, индейка, поросенок

Продукты средней степени аллергенности

Брокколи, картофель, зеленый горошек, персик, банан, ягненок, курица, тыква

Готовые продукты для детей раннего возраста (до 3х лет) не содержат ароматизаторов, красителей, стабилизаторов, консервантов и пищевых добавок, искусственных подслащивающих веществ (сахарозаменителей), поваренной соли свыше 0,4%, пряностей, за исключением укропа, петрушки, сельдерея, лука, чеснока, тмина, базилика, сладкого и душистого перца, орегано, корицы, кориандра, гвоздики, лаврового листа.

В состав готовых продуктов могут включаться для детей старше полугода:

6 мес. – укроп и тмин

8 мес. – лук, чеснок, сельдерей и петрушка

9 мес. – сладкий и белый перец, лавровый лист

10 мес. – базилик, кориандр, душистый перец

Такое разное пюре...

Гомогенизированное – для деток от 6 мес.

Пюреобразное – от 8 мес.

Крупно измельченное – старше 9-10 мес.

О детском чае...

Уже с первого месяца жизни малышу рекомендовано предлагать многокомпонентные чаи: фенхелевый, укропный или ромашковый.

С 4мес. Можно вводить многокомпонентные чаи (в продаже, как правило, - гранулированные).

Для детей раннего возраста в составе чаев рекомендованы такие лекарственные растения, как: анис, алтей лекарственный, гибискус, душица, земляника, ноготки аптечные, липа сердцевидная, малина, мелиса, мята перечная, облепиха, ромашка аптечная, черная смородина, тимьян душистый, тмин, чабрец, фенхель, укроп, черника, брусника, шиповник.