



## ORIENTAÇÕES PARA ASSADOS CONTENDO LEITE



*Introduzir assados contendo leite somente após liberação médica. Os alimentos devem ser assados a 200 °C por pelo menos 20 a 30 minutos.*

*Todos os produtos devem ser assados por completo e não devem ficar úmidos, molhados ou encharcados no meio.*

### SEU FILHO(A) PODERÁ COMER:

#### 1ª etapa:

- Bolos e assados feitos em casa contendo leite e derivados.
- Biscoitos industrializados ou feitos em casa contendo leite e derivados.

#### 2ª etapa:

- Adicionar os seguintes alimentos apenas após liberação médica:
- Pão de queijo.
- Waffle.

Lembre-se de verificar os rótulos de produtos comprados em lojas verificando a presença de outros alimentos que seu filho(a) seja alérgico, evitando reações inesperadas.

Crianças que toleram assados contendo leite tendem a perder a alergia mais rápido. Para isso é necessário a ingestão de assados no mínimo 3 a 4 vezes por semana, preferencialmente todos os dias.

Caso seu filho(a) desenvolva uma reação alérgica a um alimento assado contendo leite, registre o alimento agressor, a quantidade ingerida, a técnica de preparação e os sintomas. Entre em contato conosco para futuras orientações.

- Seu filho(a) **DEVE CONTINUAR A EVITAR** alimentos à base de leite de vaca não assados, como: Leite comum ou laticínios em qualquer forma, incluindo leite de vaca integral, desnatado ou não, produtos sem lactose, leite em pó, iogurte, creme de leite, manteiga, queijos duros e macios, sorvete.
- Biscoitos, empadas ou bolos com produtos contendo leite aplicados topicamente após o produto ter sido assado.
- Cobertura com ingrediente de leite de vaca.
- Leite fervido e produtos lácteos cozidos que não são assados, como pudins.

Telefone: (31) 3291 6011