

Maitotikapuut

- Annetaan lapselle maitoa sisältävää ruokaa päivittäin
- Aloitetaan herneen kokoisella annoksella ja nostetaan annosta päivien/ viikkojen aikana iänmukaiseen annokseen
- Jatketaan iänmukaisella annoksella 1–3 kuukautta ennen siirtymistä seuraavalla portaalle
- Jos tulee oireita, siirrytään edelliselle portaalla kuukauden ajaksi
- Jos lieviä oireita tulee portaalla yksi, pidetään muutama päivä taukoa ja kokeilla uudestaan. Annoksen voi tuolloin ottaa myös vain joka toinen päivä

Porras 4

- Kypsentämätön maito: jäätelö, maito

Porras 3

- Juusto, hapanmaitotuotteet, raejuusto

Porras 2

- Kypsennetty tai keitetty maito (10 min):
Puuro, keitto, kastike, sulatettu juusto

Porras 1

- Uunissa kypsennetty maito (30 min):
Uunipuuro, makaronilaatikko,
leivonnainen