

ДЛЯ ЧЕГО ИСПОЛЬЗУЮТ СОУСЫ В ДЕТСКОМ ПИТАНИИ?

Использование соусов позволяет разнообразить рацион, ведь однообразная пища быстро приедается.

Соусы обладают разными вкусами и цветом, что позволит одно и то же блюдо воспринять по-новому. Аромат и вкус соусов возбуждают аппетит, делают пищу более питательной и вкусной. Многие дети не любят твёрдую и слишком сухую пищу, они запивают её водой. А с соусом кусочки мяса, мучные или крупяные блюда легче «проходят».

Для детского питания не подходят острые соусы. Замечательно дополняют блюда соусы из ароматной зелени, свежей и сушёной, томата, свеклы, яблок, чернослива, редьки, варёного желтка, чеснока. Не следует делать соусы для детского питания слишком концентрированными, жирными и пережаренными.