

28.8.2020

ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOSTA

TAI

MUUTOSILMOITUS _____ (päivämäärä, jolloin muutosilmoitus astuu voimaan)

E erityisruokavalio toteutetaan kouluissa ja päiväkodeissa terveydellisistä syistä lääkärintodistuksen perusteella.

Etunimi	Sukunimi	Syntymävuosi
Toimipisteen nimi		Ryhmä/Luokka
Huoltajan nimi		Puh.
Sähköpostiosoite		

ERITYISRUOKAVALIO**Keliakia todennetaan laboratoriotodistuksella. Todistuksen keliakiasta voi tämän jälkeen kirjoittaa lääkäri tai terveydenhoitaja. Keliakiasta riittää kerran toimitettu todistus.**

Keliakia, gluteeniton kaura/puhdaskaura soveltuu	
Keliakia, kaura ei sovellu	

Soveltuuko gluteeniton vehnätärkkelys?

- Kyllä
 Ei

Gluteeniton vehnätärkkelys jätetään pois ruokavaliosta vain, jos sen on selkeästi todettu aiheuttavan oireita.

Lääkärintodistus päivitetään vuosittain toimintakauden alkaessa tai ruokavaliosta muuttuessa (poikkeuksena vakavat, henkeä uhkaavat allergiat, joista riittää kerran toimitettu lääkärintodistus):

KIELLETTY RAAKA-AINE	Soveltuuko missään muodossa?		Henkilön omat tarkennukset soveltuvuudesta (käykö esim. mausteena, soveltuuko vain kypsennettynä, jne)	Anafylaksian vaara
	Kyllä	Ei		

- Mikäli henkilöllä on vaikea allergia, toimitetaan keittiöön ravitsemusterapeutin ohjeet toteutettavasta ruokavaliosta. Ruokavalio liitteenä.

Voiko henkilö käyttää ”saattaa sisältää (allergisoivaa ainetta)”-merkinnällä varustettuja elintarvikkeita?

- Kyllä
 Ei

Toimipisteen vaihtuessa henkilö/huoltaja huolehtii tarvittaessa lääkärintodistuksen siirtämisestä.



Huoltajan ilmoitus	Anafylaksian vaara
Vähälaktoosinen ruokavalio	
Laktoositon ruokavalio	
Kalaton ruokavalio (kalaruoat korvataan täysipainoisella kasvislounaalla)	

Kouluissa ja päiväkodeissa on päivittäin tarjolla täysipainoinen sekaruokavaihtoehto sekä maitoa ja kananmunaa sisältävä kasvisvaihtoehto. Kouluissa ruoat ovat vapaasti otettavissa linjastolta. Päiväkodeissa kasvisruokavaliota noudattavilta edellytetään huoltajan vapaamuotoista ilmoitusta päiväkodin henkilökunnalle.

Huoltajan tulee olla yhteydessä päiväkodinjohtajaan tai rehtoriin, mikäli lapsi/oppilas tarvitsee apua ruokailussa sairauden tai allergian vuoksi.

DIABETES: Diabeetikoille tarjotaan ruokalistan mukainen ateria. Kouluissa oppilaalle varataan tarvittaessa ruokasaliin pientä välipalaa tai mehua omaan pulloon, huoltaja sopii tällöin asiasta keittiöhenkilökunnan kanssa ja toimittaa keittiöön tarvittaessa aikataulut.

KELIAKIA (Lääkärintodistus): Ruokavaliosta on poistettava huolella vehnä, ohra ja ruis. Ruokavalio on elinikäinen. Keliakikolle sopivat riisi, tattari, hirssi, maissi ja perunajauho. Kauran käyttö on yksilöllistä.

VILJA-ALLERGIA (Lääkärintodistus): Ruokavaliosta jätetään täydellisesti pois oireita aiheuttavat viljalajit. Ne korvataan ruokavaliossa muilla viljalajeilla.

MAITOALLERGIA (Lääkärintodistus): Ruokavaliossa tulee välttää täydellisesti maidon proteiineja. Maito korvataan kasvipohjaisilla ruoanvalmistustuotteilla.

RUOKA-AINEALLERGIAT (Lääkärintodistus): Tietyt ruoka-aineet saattavat aiheuttaa allergisen reaktion. **Lievät oireet eivät vaadi erillistä allergiaruokavaliota.** Lieviä oireita aiheuttavat ruoka-aineet voidaan ruokailutilanteessa tarvittaessa jättää syömättä. Lapsen kasvaessa allergiaoireet tyypillisesti lievenevät tai häviävät kokonaan. **Tärkeää on, että ruokavaliota ei supisteta tarpeettomasti** (Kansallinen allergiaohjelma). Allergiatodistus päivitetään kerran vuodessa. Poikkeuksena vakavat, henkeä uhkaavat allergiat, joista riittää kerran toimitettu lääkärintodistus. Lääkärintodituksessa tulee olla tieto anafylaktisen reaktion aiheuttavasta ruoka-aineesta. Allergiatapauksessa tarjottava ateria saattaa olla myös täysipainoista kasvisruokaa.

VÄHÄLAKTOOSINEN RUOKAVALIO (VLA) (Huoltajan ilmoituksella): Ruokavaliossa voidaan käyttää vähälaktoosisia tuotteita (esim. Hyla- tai Into-tuotteet).

LAKTOOSITON RUOKAVALIO (LA) (Huoltajan ilmoituksella): Ruokavaliossa käytetään täysin laktoosittomia tuotteita.

KELAN KORVAAMAT ERITYISÄIDINMAITOKORVIKKEET, KLIINiset RAVINTOVALMISTEET JA MUUT LÄÄKÄRIN MÄÄRÄÄMÄT RAVINTOLISÄT: Ruokailija tai huoltaja toimittaa keittiölle Kelan sairausvakuutuslain nojalla korvaamat tuotteet, kuten erityisäidinmaitokorvikkeet, kliiniset ravintovalmisteet tai niihin verrattavat tuotteet sekä muut lääkärin määräämät yksilölliset tuotemerkit.

Mikäli henkilö tarvitsee kahdeksi viikoksi eliminaatiodieetin diagnoosin varmistamiseksi, voi asiasta sopia suoraan keittiöhenkilökunnan kanssa.

Päiväys	Huoltajan allekirjoitus
---------	-------------------------

Lomake palautetaan allekirjoitettuna kouluterveydenhoitajalle tai päiväkodinjohtajalle.