



ERITYISRUOKAVALIOT KOULURUOKAILUSSA

Kouluruokailussa erityisruokavalion syy voi olla lääketieteellinen tai eettinen (uskon-toon tai kulttuuriin liittyvä).

Lääketieteellisiä ruokavalioita ovat:

- diabetes
- keliakia
- laktoosi-intoleranssi
- ruoka-aineallergiat

Erityisruokavalion turvallinen valmistus ja tarjoilu edellyttää täsmällistä tietoa ruokailijan ruokavaliosta. Ilmoituslomakkeeseen erityisruokavaliosta täytetään ruokavaliotiedot ja kielletyt ruoka-aineet huolellisesti. Ilmoituslomakkeen voi tulostaa koulun kotisivuilta tai hakea koulun toimistosta.

Terveydellisiin syihin perustuvien erityisruokavalioiden saannin edellytys on **lääkärin-todistus**, joka toimitetaan koulun toimistoon yhdessä ilmoituslomakkeen erityisruokavaliosta kanssa. Lääkärintodistus ei mielellään saa olla vuotta vanhempi.

Ruokavaliotiedot tarkistetaan vuosittain, koska allergiaruokavaliot muuttuvat iän myötä.

Ilmoitukset lukuvuoden aikana tapahtuvista ruokavaliomuutoksista toimitetaan koulun toimistoon.

Eettisissä ruokavaloissa ei edellytetä lääkärintodistusta. Ruokavalion tarve tulee kuitenkin ilmoittaa erityisruokavaliolomakkeella.

Jos on epäselvää, tarvitseeko lapsi koulussa erityisruokavaliota, huoltajat voivat neuvotella asiasta lasta hoitavan lääkärin tai kouluterveydenhuollon kanssa.

Pyydämme palauttamaan ilmoituksen erityisruokavaliosta koulun toimistoon viimeistään 14.8.2017.

**ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOSTA SEKÄ MUISTA YLEISRUOKAVALIOISTA
POIKKEAVISTA RUOKAVALIOISTA**

Nimi _____ Syntymäaika _____

Luokka/Ryhmä _____

ERITYISRUOKAVALIO TERVEYDELLISISTÄ SYISTÄ (lääkärintodistus)

- | | |
|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Diabetes | <input type="checkbox"/> Maidoton |
| <input type="checkbox"/> Keliakia | <input type="checkbox"/> Laktoositon ruokavalio |

RUOKA-AINEALLERGIA (lääkärintodistus)

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Herne, papu, raakana | <input type="checkbox"/> Porkkana, kypsänä | <input type="checkbox"/> Maito |
| <input type="checkbox"/> Herne, papu, kypsänä | <input type="checkbox"/> Tomaatti, raakana | <input type="checkbox"/> Kala |
| <input type="checkbox"/> Mansikka, raakana | <input type="checkbox"/> Tomaatti, kypsänä | <input type="checkbox"/> Hunaja |
| <input type="checkbox"/> Mansikka, kypsänä | <input type="checkbox"/> Omena, raakana | <input type="checkbox"/> Kananmuna |
| <input type="checkbox"/> Paprika, raakana | <input type="checkbox"/> Omena, kypsänä | <input type="checkbox"/> Kaakao, suklaa |
| <input type="checkbox"/> Paprika, kypsänä | <input type="checkbox"/> Kiivi | <input type="checkbox"/> Vilja, mikä? _____ |
| <input type="checkbox"/> Porkkana, raakana | <input type="checkbox"/> Sitrushedelmät | <input type="checkbox"/> Pähkinä, manteli |
| <input type="checkbox"/> Mausteet, mitkä? _____ | | |
| <input type="checkbox"/> Muu, mikä? _____ | | |

Kielletty ruokaine, jossa hengenvaarallisen allergiareaktion vaara: _____**MUU RUOKAVALIO (ei lääkärintodistusta)**

- Kasvisruokavalio** Käyttää kalaa siipikarjaa
- Muu, mikä? _____

Uskonnollinen ruokavalio

- ei veriruokia ei sianlihaa ei naudanlihaa
- Muu, mikä? _____

- Vähälaktoosinen**

Päiväys ____ / ____ _____

Huoltajan allekirjoitus _____

Erityisruokavalion mukaista ruokaa tarjotaan, mikäli siihen on lääketieteelliset tai eettiset syyt (esim. uskonto). **Lääkärintodistusta** edellytetään kaikissa muissa paitsi ei eettisissä/uskonnollisissa ja kasvisruokaruokavalioissa.

Toimittakaa ”ilmoitus erityisruokavaliosta” –lomake sekä tarvittava lääkärintodistus koulun toimistoon.

Oppilaiden huoltajat