



GRUNDUPPGIFTER OM MATGÄSTEN	Efternamn	
	Förnamn	
	Daghem / Skola	Grupp / Klass
	Personal Daghem / Skola	
SPECIALKOST AV HÄLSOSKÄL Läkar-/ hälsovårds- intyg som bilaga	<input type="checkbox"/> Diabetes (personlig måltidsplan bifogas vid behov)	
	<input type="checkbox"/> Celiaki Tilläggsuppgifter: <input type="checkbox"/> Matallergi med svåra symptom <input type="checkbox"/> Adrenalininjektion som reservmedicin Förbjudet livsmedel Risk för en allergisk reaktion, det vill säga anafylaxi _____ _____ _____ _____ _____ _____ _____ <input type="checkbox"/> Individuell kostplan bifogas	
ANNAN KOST Inget läkar- hälsovårdsintyg behövs	<input type="checkbox"/> Vegetarisk kost (mejeriprodukter och ägg är lämpliga). Jag använder också fisk i min kost <input type="checkbox"/> .	
	<input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> Religiös kost: <input type="checkbox"/> ej griskött <input type="checkbox"/> ej blodrätter <input type="checkbox"/> ej nötkött <input type="checkbox"/> något annat, vad: _____ _____	
ANNAT ATT TA I BEAKTANDE		



Lapträsk kommun
Anmälan om speciala kostbehov

FÖRÄNDRINGAR I KOSTEN	Anmäl alla kostförändringar till dagisgruppen/skolans personal och även till köket. För nya matallergier ska läkar-/hälsovårdsintyg lämnas in.
UNDERSKRIFT	Datum Underskrift (vårdnadshavare/personal)



SPECIAL KOST I DAGHEMMET OCH SKOLAN

Specialkost genomförs i daghems- och skolmåltider av hälsoskäl baserat på intyg skrivet av läkare/hälsovårdare. En special kost bör också följas. Ett intyg skrivet av läkare/hälsovårdare och en specialkostblankett ifylld utifrån det levereras till personalen och köket på daghemmet och skolorna. Alternativt kan intygen till köken också skickas per e-post till mervi.torkkeli@lapinjarvi.fi

Celiaki, diabetes, spannmålsallergi och en mjölkfri diet kräver en diagnos bekräftad av en läkare. Ett intyg skrivet av läkare/hälsovårdare krävs inte för vegetarisk kost eller kost baserad på religiösa skäl, men de ska anmälas till köket på specialkostblanketten.

Specialkosten genomförs på ett sådant sätt att matgästen inte får någon mat som inte är lämplig för hen. Menyn för en person som följer en specialkost är tillgjord för att likna andras meny så mycket som möjligt, men om det finns många olika specialkosterna måste de kombineras.

Anmälan om specialkostblanketten och eventuella läkar-/hälsovårdarintyg ska lämnas in i början av varje läsår, senast två veckor innan man börjar i daghemmet eller två veckor före skolstart. En deklaration om speciala kostbehov och ett intyg från en läkare/hälsovårdare måste lämnas in vid varje byte av daghem eller skola och för alla nya livsmedel som ska undvikas.

En allergikost grundar sig på en diagnos från en läkare och ett läkarintyg. Om kosten är särskilt begränsad ska en individuell kostplan bifogas deklarationen.

När livsmedelsallergier blir fria i kosten informeras köket skriftligen. I detta fall krävs inget nytt läkarintyg.

Om matgästen får lindriga symtom från ett livsmedel tas hänsyn till detta när maten äts genom att flytta maten åt sidan. I det här fallet krävs ingen specialkost eller intyg från en läkare eller hälsovårdare.

Det är viktigt att barn lär sig att äta olika typer av mat. Ju fler livsmedel ett barn undviker i sin kost, desto svårare är det att sätta ihop en näringsmässigt balanserad kost. Om man i stor utsträckning undviker grönsaker, frukt och bär minskar intaget av många vitaminer och mineraler. Därför utesluts från kosten endast de livsmedel som har visat sig vara skadliga för barnet i en sådan utsträckning att det är motiverat att utesluta dem från kosten även när det gäller daghems- eller skolmåltider.

I avsnittet "Annat att ta i beaktande" i blanketten kan du anteckna saker att tänka på vid måltiden, t.ex. att lägga undan grönsaker som orsakar milda allergiska symtom. Det är också bra att informera personalen på daghemmet eller skolan eftersom de övervakar måltiden.

Kostexperiment (tillfälligt undvikande av ett visst livsmedel) får endast genomföras på grundval av ett läkarintyg. Den exakta perioden för kostförsöket antecknas på blanketten för specialkost. Detta innebär att de livsmedel som läkaren har rekommenderat att du ska undvika lämnas bort. Inga andra kostförsök kommer att genomföras.

Nya livsmedel prövas alltid hemma, inte i daghemmet eller skolan.

Särskild modersmjölksersättning, kliniska livsmedelspreparat och andra kosttillskott som ordinerats av en läkare och som ersätts av folkpensionsanstalten:

Matgästen eller deras vårdnadshavare förser köket med produkter som ersätts av folkpensionsanstalten enligt sjukförsäkringslagen, t.ex. särskild modersmjölksersättning, kliniska livsmedelspreparat eller liknande produkter och andra individuella märken som ordinerats av en läkare.