



RUOKAILIJAN PERUSTIEDOT	Sukunimi	
	Etunimi	
	Päiväkoti / Koulu	Ryhmä / Luokka
	Henkilökunta Päiväkoti / Koulu	
ERITYISRUOKAVALIO TERVEYDELLISISTÄ SYISTÄ	<input type="checkbox"/> Diabetes (henkilökohtainen ateriasuunnitelma tarvittaessa liitteeksi)	
	<input type="checkbox"/> Keliakia Lisätietoja:	
Lääkärin-/terveydenhoitajan-todistus liitteeksi	<input type="checkbox"/> Ruoka-aineallergia, jossa vaikeita oireita <input type="checkbox"/> Adrenaliiniruiske varalääkkeenä	
	Kielletty ruoka-aine	Allergisen reaktion eli anafylaksian vaara
MUU RUOKAVALIO Ei lääkärin-/terveydenhoitajan-todistusta	<input type="checkbox"/> Kasvisruokavalio (sopii maitotaloustuotteet ja kananmuna). Käytän ruokavaliossa myös kalaa <input type="checkbox"/> .	
	<input type="checkbox"/> Uskonnollinen ruokavalio: <input type="checkbox"/> ei sianlihaa <input type="checkbox"/> ei veriruokia <input type="checkbox"/> ei naudanlihaa <input type="checkbox"/> jokin muu, mikä:	
MUUTA HUOMIOITAVAA		



Lapinjärven kunta
Ilmoitus erityisruokavaliosta

MUUTOKSET RUOKAVALIOSSA	Ilmoita kaikki ruokavalion muutokset päiväkodin ryhmän/koulun henkilökunnalle ja myös keittiöön. Uusista ruoka-allergioista tulee toimittaa lääkärin-/terveydenhoitajantodistus.
ALLEKIRJOITUS	Päiväys Allekirjoitus (huoltaja/henkilökunta)



ERITYISRUOKAVALIOT PÄIVÄHOIDOSSA JA KOULUSSA

Erityisruokavalio toteutetaan päiväkotij- ja kouluruokailussa terveydellisistä syistä lääkärin/terveydenhoitajan kirjoittaman todistuksen perusteella. Erityisruokavaliota tulee myös noudattaa. Lääkärin/terveydenhoitajan kirjoittama todistus ja sen perusteella täytetty erityisruokavalio lomake toimitetaan päiväkodissa ja kouluissa henkilökunnalle ja keittiöön. Keittiöihin tulevat todistukset voi vaihtoehtoisesti lähettää myös sähköpostilla, osoitteeseen mervi.torkkeli@lapinjarvi.fi

Keliakiasta, diabeteksestä, vilja-allergiasta sekä maidottomasta ruokavaliosta edellytetään lääkärin varmistama diagnoosi. Lääkärin-/terveydenhoitajan kirjoittamaa todistusta ei edellytetä kasvisruokavaliossa eikä uskonnollisiin syihin perustuvassa ruokavaliossa mutta niistä tulee ilmoittaa erityisruokavalio lomakkeella keittiölle.

Erityisruokavalio toteutetaan siten, että ruokailija ei saa mitään itselleen sopimatonta ruoka-ainetta. Erityisruokavaliota noudattavan ruokalista laaditaan mahdollisimman paljon muiden ruokalista muistuttavaksi mutta jos on paljon erilaisia erityisruokavalioita niin niitä joudutaan yhdistämään.

Ilmoitus erityisruokavaliosta lomake ja mahdolliset lääkärin/terveydenhoitajan todistukset tulee toimittaa jokaisen lukuvuoden alussa, viimeistään kaksi viikkoa ennen päivähoidon tai koulun alkamista. Erityisruokavalioilmoitus ja lääkärin-/terveydenhoitajan kirjoittama todistus tulee toimittaa aina päiväkodin tai koulun vaihtuessa sekä kaikista uusista vältettävistä ruoka-aineista.

Allergiaruokavalio perustuu lääkärin tekemään taudinmääritykseen ja kirjoittamaan lääkärintodistukseen. Jos ruokavalio on erityisen rajoittunut, liitetään ilmoitukseen myös yksilöllinen ruokavaliosuunnitelma.

Kun ruoka-allergisen ruokavaliossa vapautuu ruoka-aineita, ilmoitetaan tästä keittiölle kirjallisesti. Tällöin ei tarvitse toimittaa uutta lääkärintodistusta.

Jos ruokailija saa lieviä oireita ruoka-aineesta, huomioidaan se ruokailutilanteessa siirtämällä kyseinen ruoka-aine syrjään. Tällöin ei tarvita erityisruokavaliota eikä lääkärin tai terveydenhoitajan kirjoittamaa todistusta.

Lapsen on tärkeä oppia syömään monipuolisesti. Mitä useampia ruoka-aineita lapsen ruokavaliossa vältetään, sitä vaikeampaa on saada koostetuksi ravitsemuksellisesti täysipainoinen ruokavalio. Kasvisten, hedelmien ja marjojen laaja välttäminen vähentää useiden vitamiinien ja kivennäisainesten saantia. Sen vuoksi ruokavaliosta jätetään pois vain ne ruoka-aineet, joiden on todettu aiheuttavan lapselle siinä määrin haittaa, että niiden pitäminen poissa myös päiväkotij- tai kouluruokailusta on perusteltua.

Lomakkeen kohtaan ”Muuta huomioitavaa” voidaan kirjata ruokailutilanteessa huomioitavia asioita, kuten esimerkiksi lieviä allergisia oireita aiheuttavien kasvisten syrjään siirtäminen. Asiasta on hyvä kertoa myös päiväkodin tai koulun henkilökunnalle koska he valvovat ruokailua.

Ruokavaliokokeiluja (tietyn ruoka-aineen määräaikainen välttäminen) voidaan toteuttaa ainoastaan lääkärintodistuksen perusteella. Erityisruokavaliolomakkeelle merkitään ruokavaliokokeilun tarkka ajanjakso. Tällöin jätetään ruokavaliosta pois ne raaka-aineet, joita lääkärintodistuksen perusteella tulee välttää. Muita ruokavaliokokeiluja ei toteuteta.

Uudet ruoka-aineet kokeillaan aina kotona, ei päiväkodissa tai koulussa.

Kelan korvaamat erityisäidinmaidonkorvikkeet, kliiniset ravintovalmisteet ja muut lääkärin määräämät ravintolisät: Ruokailijat tai heidän huoltajansa toimittavat keittiölle itse Kelan sairausvakuutuslain nojalla korvaamat tuotteet, kuten erityisäidinmaidonkorvikkeet, kliiniset ravintovalmisteet tai niihin verrattavat tuotteet sekä muut lääkärin määräämät yksilölliset tuotemerkit.