

2017-01-24

## معلومات عن طلب النظام الغذائي الخاص

اقرأ هذه المعلومات قبل ان تملأ الطلب . ومن المهم حصول المطبخ على هذه المعلومات حتى لا يتم تغيير طعام الطفل اكثر من اللازم .

### عدم تحمل اللاكتوز عند الاطفال الصغار

انه من النادر جدا ان الاطفال دون سن 5-6 سنوات لديهم تحسس لالكتوز .  
اذا كان الطفل يعاني من مشاكل في المعدة فمن المهم عمل فحص للحصول على التشخيص الصحيح .

### تحمل كميات صغيرة

في بعض الاحيان يمكن ان ياكل الشخص كميات صغيرة من المواد الذي يتحسس منها ، على سبيل المثال، الفلفل، البصل او الليمون \_ خليط البهارات .  
املأ هذه المعلومات خانة معلومات اخرى .

### عدم تحمل الغلوتين (مرض الاضطرابات الهضمية)

هل يمكن للطفل اكل الشوفان؟ من المهم جدا توضيح هذا بشهادة . هل يسير الامر بشكل جيد مع الشوفان العادي او ما شابه ذلك ام يجب ان يكون الشوفان الخاص النقي .  
وفقا لقواعد وضع المعلومات فان المنتجات التي تحتوي على شوفان نقي يوضع عليها علامة "خالي من الغلوتين"  
والمنتجات التي تحتوي على اقل من 20 جزء من المليون من الغلوتين يوضع عليها علامة "الغلوتين منخفض جدا" .

### النظام الغذائي النباتي

نظام غذائي نباتي يتضمن الخضروات - الحليب - مشتقات الحليب و البيض .

نظام غذائي نباتي يتضمن الخضروات - الحليب - مشتقات الحليب .  
حمية نباتية تحتوي على الخضروات فقط .

بعض الفواكه والخضروات لا يستطيع بعض الاطفال اكلها نيئة، ولكن تسير الامور على ما يرام لو تم اكلها مطهية على سبيل المثال الجزر او التفاح .

املأ هذه المعلومات تحت خانة معلومات اخرى .

### كم كمية الاكتوز؟

عدم تحمل اللاكتوز ليس حساسية لكن عدم انخفاض القدرة على تحطيم اللاكتوز (سكر الحليب) معظم الذين لديهم عدم تحمل اللاكتوز يستطيعون تحمل الحصول على كمية 5-10 غرام لالكتوز مقسمة على مدار اليوم .

اذا كان الطفل قادر على تناول الطعام العادي لكن بحاجة لشرب حليب خالي من اللاكتوز ، يوضح هذا بشهادة .

الجبن الصلب يدخل ضمن غذاء عدم تحمل اللاكتوز .

### غذاء خالي من الحليب

لا يحتوي على الحليب باي شكل من اشكال .

### نظام غذائي خالي من لحم الخنزير

لا يحتوي على لحم الخنزير باي شكل من الاشكال .

لا يتوفر لحم مذبوح حلال ولكن هناك خيارات اخرى مثل النظام النباتي و السمك .

### نظام غذائي خالي من اللحم

لا يحتوي على لحم باي شكل من الاشكال . يحتوي على خضروات - حليب - مشتقات الحليب - سمك و بيض

### البازلاء - البقوليات والصويا

لعائلة البقوليات يشمل البازلاء - العدس - الحمص - فول الصويا - الفول السوداني وحتى الترمس .

اذا كان لديك تحسس لدى هذه المواد املأ هذه المعلومات تحت خانة معلومات اخرى .

### طلب النظام الغذائي الخاص للروضة/المدرسة

يملاً هذا الطلب من قبل ولي امر الطالب الذي يحتاج لنظام غذائي خاص .  
يسلم هذا الطلب الي معلم الروضة/معلم المدرسة.

يجب تقديم طلب نظام غذائي جديد كل سنة دراسية دائما في تغييرات.  
يتم تجديد شهادة من الطبيب /اخضائي التغذية فقط اذا كان هناك تغييرات.

اسم الطفل \_\_\_\_\_ سنة الولادة \_\_\_\_\_

التاريخ \_\_\_\_\_ القسم/الصف \_\_\_\_\_ الروضة/المدرسة \_\_\_\_\_

يرجى وضع علامة اكس على ما ينطبق على طفلك .

فرط الحساسية : (ارفق شهادة من الطبيب /اخضائي تغذية )

الغلوتين	عدم تحمل اللاكتوز فقط مشروب خالي من اللاكتوز	عدم تحمل اللاكتوز ،طعام قليل اللاكتوز ومشروب خالي من اللاكتوز	نظام خالي من الحليب (بروتين الحليب)	سمك	ماكولات بحرية	بيض
الجوز	الفاصوليا السوداني	الفاصوليا/العدس	البازلاء	بروتين الصويا	اشياء اخرى	

لو اشارة اكس موضوعة تحت اشياء اخرى اكتب ما هو \_\_\_\_\_

انظمة غذائية اخرى

نباتي بدون بيض	نباتي مع بيض وحليب	فقط خضروات	مرض السكري	خالي من لحم الخنزير	خالي من اللحم	اشياء اخرى	لائحة طعام مهينة انظر الملحق
----------------	-----------------------	------------	------------	------------------------	---------------	------------	---------------------------------

لو اشارة اكس موضوعة تحت اشياء اخرى اكتب ما هو \_\_\_\_\_

معلومات اخرى: \_\_\_\_\_

لا يحتاج لنظام غذائي خاص

توقيع ولي الامر \_\_\_\_\_

تلفون العمل \_\_\_\_\_

كتابة الاسم بوضوح \_\_\_\_\_

تلفون البيت \_\_\_\_\_

رقم الموبايل \_\_\_\_\_

### لائحة طعام مهئية

الطلاب الذين لديهم اسباب خاصة مثل تناول الدواء يحتاجوا الي لائحة طعام خاصة يتم الحصول عليها بالتشاور مع الهيئات ذات الصلة مثل مجموعة الموارد او التاهيل. حتى مدير المدرسة او مسؤول الروضة يجب ان يشارك.

لائحة الطعام تكون بالتشاور مع اهل الطالب وممرض المدرسة وتختار من ضمن لائحة طعام المدرسة فيتم اختيار الوجبات التي يمكن للطالب ان يتناولها.

الهدف من لائحة الطعام المهئية ان يتمكن الطالب من ان يتوسع تدريجيا مع الوجبات التي تسير الامور معها علي ما يرام وان يكون في نهاية الامر قادرا علي تناول اغلب الوجبات التي تقدم

الفترة الزمنية التي يسري فيها مفعول لائحة الطعام: \_\_\_\_\_

يتم حدوث التقييم بعد شهر

التاريخ وامضاء الشخص المسؤول من احد هذه الجهات (قد يكون ممرض المدرسة، BUP او HAB): \_\_\_\_\_

الاسم بوضوح: \_\_\_\_\_

التاريخ وامضاء مدير المدرسة/مسؤول الحضانة: \_\_\_\_\_

الاسم بوضوح: \_\_\_\_\_