



Informationsbrev för specialkostblankett

Läs detta informationsbrev innan blanketten fylls i. Det är viktigt att köket får information för att barnets mat inte ändras mer än vad som behövs.

Laktosintolerans hos små barn

Det är extremt ovanligt att barn under 5-6 år är laktosintoleranta. Om ett barn har problem med magen är det viktigt att söka vård för att få rätt diagnos.

Tål i små mängder

Ibland kan man äta små mängder av det man inte tål, t ex paprika, lök eller citron i kryddblandningar.

Fyll då i den informationen under övrigt.

Glutenintolerans (Celiaki)

Kan barnet äta havre? Det är viktigt att det framgår på intyget. Även om det går bra med vanliga havregryn och liknande eller om det ska vara specialhanterad ren havre.

Enligt märkningsregler får produkter som innehåller ren havre märkas med ”**glutenfri**” om produkten innehåller mindre än 20 ppm gluten och med ”**mycket låg glutenhalt**” om produkten innehåller mindre än 100 ppm gluten.

Vegetarisk kost

- Lakto-ovo-vegetarisk kost innehåller vegetabilier, mjölk, mjölkprodukter och ägg.
- Lakto-vegetarisk kost innehåller vegetabilier, mjölk och mjölkprodukter.

Vegankost

Innehåller enbart vegetabilier.

Tål upphettat

Vissa frukter och grönsaker som barn inte kan äta råa, kan gå bra i upphettad form, t ex tomat, morot eller äpple.

Fyll då i den informationen under övrigt.

Hur mycket laktos?

Laktosintolerans är ingen allergi, utan en nedsatt förmåga att bryta ner laktos(mjölksocker). De flesta laktosintoleranta klarar att få i sig 5-10g laktos/dag fördelat under dagen.

Om barnet klarar att äta vanlig mat, men behöver laktosfri mjölk att dricka till maten, så anges det på intyget.

Hårdost ingår i mat till laktosintoleranta.

Mjölfri kost

Innehåller inte mjölk i någon form.

Fläskfri kost

Innehåller inte griskött i någon form.

Halal-slaktat kött kan vi inte tillhandahålla, utan erbjuder då andra alternativ, såsom vegetariskt eller fisk.

Köttfri kost

Innebär inte kött i någon form. Innehåller vegetabilier, mjölk, mjölkprodukter, fisk och ägg

Ärt & bönväxter, inkl. soja

Till ärtväxtfamiljen hör ärter, bönor, linser, kikärter, sojabönor och jordnötter. Även lupin, lakrits och bockhornsklöver ingår samt förtjockningsmedel E 410-414 (bl a fruktkärnmjöl och guarkärnmjöl).

Vid överkänslighet mot t ex bockhornsklöver eller guarkärnmjöl fyll då i den informationen under övrigt.

SPECIALKOSTBLANKETT INOM FÖRSKOLA/SKOLA

Ifylls av vårdnadshavare till barn som behöver specialkost.
Lämnas snarast till förskollärare/lärare på förskola eller skola.

En ny specialkostblankett ska lämnas in varje läsårsstart samt alltid vid förändringar.
Intyg från läkare/dietist förnyas enbart vid förändringar.

Barnets namn _____ Födelseår _____

Förskola /Skola _____ Avd/Klass _____ Datum _____

Var vänlig och markera med ett kryss vad som gäller just för ditt barn.

Överkänslighet: (bifoga även intyg från läkare/dietist.)

Gluten	Laktosintolerans, endast laktosfri dryck	Laktosintolerans, laktoslåg mat & laktosfri dryck	Mjölkfri kost (mjölkprotein)	Fisk	Skaldjur	Ägg
Nötter	Jordnötter	Bönor/linser	Ärter	Sojaprotein	Annat*	

*Om krysset sitter i ”annat”-rutan, var vänlig skriv vad: _____

Övrig specialkost:

Lakto-vegetarisk	Lakto-ovo-vegetarisk	Vegan	Diabetes	Fläskfri kost	Köttfri kost	Annat *	Anpassad matsedel (se bilaga)
------------------	----------------------	-------	----------	---------------	--------------	---------	-------------------------------

*Om krysset sitter i ”annat”-rutan, var vänlig skriv vad: _____

Övrig information: _____

Behöver inte specialkost längre

Vårdnadshavares underskrift _____ Tel arbete _____

Namnförtydligande _____ Tel bostad _____ Tel mobil _____

Personuppgifter som lämnas på blanketten behandlas enligt PUL (Personuppgiftslagen 1998:204) av social- och utbildningsförvaltningen i syfte att registrera och administrera lämnade uppgifter.

Blanketten finns på www.ludvika.se/kost

BILAGA

Anpassad matsedel

Elever som av speciella skäl, t ex under medicinering, behöver en anpassad matsedel får det i samråd med berörda instanser såsom resursgrupp, habilitering eller BUP.

Även rektor eller förskolechef ska vara delaktig.

Anpassad matsedel innebär att eleven i samråd med förälder och skolsköterska utifrån skolans kommande matsedel väljer ut de rätter som eleven kan äta.

Målet med anpassad matsedel är att eleven successivt kan utöka de rätter som går bra, och att så småningom kunna äta de flesta rätter som serveras.

Period då den anpassade matsedeln ska gälla: _____

Utvärdering ska ske efter en månad.

Datum och underskrift av ansvarig från annan instans

(kan vara skolhälsovården, HAB eller BUP): _____

Namnförtydligande och instans: _____

Datum och underskrift av förskolechef/rektor: _____

Namnförtydligande och enhet: _____