

11.2.2022

**ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOSTA**

TAI

MUUTOSILMOITUS \_\_\_\_\_ (päivämäärä, jolloin muutosilmoitus astuu voimaan)

Etunimi	Sukunimi	Syntymävuosi
Toimipisteen nimi		Ryhmä/Luokka
Huoltajan nimi		Puh.
Sähköpostiosoite		

**ERITYISRUOKAVALIO**

Erytyisruokavalio toteutetaan kouluissa ja päiväkodeissa terveydellisistä syistä lääkärintodistuksen toimittamisen jälkeen. Erytyisruokavalio toteutetaan siten, että ruokailija ei saa mitään itselleen sopimatonta ruoka-ainetta. Päiväkoti- ja kouluruokailussa ei allergia tai muissa erityisruokavalioissa välttämättä tarjota kaikkia ruokavalioon soveltuvia tai niiden edellyttämiä ruoka-aineita. Ateriat suunnitellaan pääsääntöisesti perus- ja kasvisruokalistojen pohjalta.

Keliakia todennetaan laboratoriokokeella. Todistuksen keliakiasta voi tämän jälkeen kirjoittaa lääkäri tai terveydenhoitaja. Keliakiasta riittää kerran toimitettu todistus.

Keliakia, gluteeniton kaura/puhdaskaura soveltuu	
Keliakia, kaura ei sovellu	

Soveltuuko gluteeniton vehnätärkkelys?

- Kyllä  
 Ei

Gluteeniton vehnätärkkelys jätetään pois ruokavaliosta vain, jos sen on selkeästi todettu aiheuttavan oireita.

**Lääkärintodistus päivitetään pyydettyä tai ruokavalion muuttuessa (poikkeuksena vakavat, henkeä uhkaavat allergiat, joista riittää kerran toimitettu lääkärintodistus):**

KIELLETTY RAAKA-AINE	Soveltuuko missään muodossa?		Henkilön omat tarkennukset soveltuvuudesta (käykö esim. mausteena, soveltuuko vain kypsennettynä, jne)	Anafylaksian vaara
	Kyllä	Ei		

Voiko henkilö käyttää ”saattaa sisältää (allergisoivaa ainetta)”-merkinnällä varustettuja elintarvikkeita?

- Kyllä  
 Ei

Toimipisteen vaihtuessa henkilö/huoltaja huolehtii tarvittaessa lääkärintodistuksen siirtämisestä.



Huoltajan ilmoitus	Anafylaksian vaara
Vähälaktoosinen ruokavalio	
Laktoositon ruokavalio	
Kalaton ruokavalio (kalaruoat korvataan täysipainoisella kasvislounaalla)	

Kouluissa ja päiväkodeissa on päivittäin tarjolla täysipainoinen sekaruokavaihtoehto sekä maitoa ja kananmunaa sisältävä kasvisvaihtoehto. Kouluissa ruoat ovat vapaasti otettavissa linjastolta. Päiväkodeissa kasvisruokavaliota noudattavilta edellytetään huoltajan vapaamuotoista ilmoitusta päiväkodin henkilökunnalle.

**Huoltajan tulee olla yhteydessä päiväkodinjohtajaan tai rehtoriin, mikäli lapsi/oppilas tarvitsee apua ruokailussa sairauden tai allergian vuoksi.**

**DIABETES:** Diabeetikoille tarjotaan ruokalistan mukainen ateria. Kouluissa oppilaalle varataan tarvittaessa ruokasaliin pientä välipalaa tai mehua omaan pulloon, huoltaja sopii tällöin asiasta keittiöhenkilökunnan kanssa ja toimittaa keittiöön tarvittaessa aikataulut.

**KELIAKIA (Lääkärintodistus):** Ruokavaliosta on poistettava huolella vehnä, ohra ja ruis. Ruokavalio on elinikäinen. Keliakikolle sopivat riisi, tattari, hirssi, maissi ja perunajauho. Kauran käyttö on yksilöllistä.

**VILJA-ALLERGIA (Lääkärintodistus):** Ruokavaliosta jätetään täydellisesti pois oireita aiheuttavat viljalajit. Ne korvataan ruokavaliossa muilla viljalajeilla.

**MAITOALLERGIA (Lääkärintodistus):** Ruokavaliossa tulee välttää täydellisesti maidon proteiineja. Maito korvataan kasvipohjaisilla tuotteilla.

**RUOKA-AINEALLERGIAT (Lääkärintodistus):** Tietyt ruoka-aineet saattavat aiheuttaa allergisen reaktion. **Lievät oireet eivät vaadi erillistä allergiaruokavaliota.** Lieviä oireita aiheuttavat ruoka-aineet voidaan ruokailutilanteessa tarvittaessa jättää syömättä. Lapsen kasvaessa allergiaoireet tyypillisesti lievenevät tai häviävät kokonaan. **Tärkeää on, että ruokavaliota ei supisteta tarpeettomasti** (Kansallinen allergiaohjelma). Lääkärintodistuksessa tulee olla tieto anafylaktisen reaktion aiheuttavasta ruoka-aineesta. Allergiatapauksessa tarjottava ateria saattaa olla myös täysipainoista kasvisruokaa.

**VÄHÄLAKTOOSINEN RUOKAVALIO (VLA) (Huoltajan ilmoituksella):** Ruokavaliossa voidaan käyttää vähälaktoosisia tuotteita.

**LAKTOOSITON RUOKAVALIO (LA) (Huoltajan ilmoituksella):** Ruokavaliossa käytetään laktoosittomia tuotteita.

**KELAN KORVAAMAT ERITYISÄIDINMAITOKORVIKKEET, KLIINiset RAVINTOVALMISTEET, MUUT LÄÄKÄRIN MÄÄRÄÄMÄT RAVINTOLISÄT/TUOTEMERKIT:** Ruokailija tai huoltaja toimittaa omakustanteisesti keittiölle Kelan sairausvakuutuslain nojalla korvaamat tuotteet, kuten erityisäidinmaitokorvikkeet, kliiniset ravintovalmisteet tai niihin verrattavat tuotteet sekä muut lääkärin määräämät tai henkilön sairauden hoidossa tarvittavat yksilölliset tuotemerkit.

Päiväys	Henkilön tai alle 18-vuotiaan huoltajan allekirjoitus
---------	---

**Lomake palautetaan allekirjoitettuna kouluterveydenhoitajalle tai päiväkodinjohtajalle.**