

Lomakkeen täyttöohje

Perusopetuksessa ja lukiossa järjestetään erityisruokavalio terveydellisistä syistä terveydenhoitajan, lääkärin tai ravitsemusterapeutin todistuksen perusteella. Todistusta ei edellytetä kasvis- tai vegaaniruokavalioista eikä vakaumukseen perustuvasta ruokavalioista. Kaikista erityisruokavalioista tulee kuitenkin täyttää ilmoituslomake.

Voimassaolo

Erityisruokavalioilmoitus on voimassa toistaiseksi. Uusi ilmoitus toimitetaan, mikäli tilanne muuttuu.

Erityisruokavalio terveydellisistä syistä

Diabetes

Ilmoita tieto diabeteksestä, mikäli se vaatii erityisruokavalion. Liitä tarvittaessa mukaan henkilökohtainen ateriasuunnitelma.

Keliakia

Ilmoita tieto tarvitsemastasi keliakian hoitoon tarkoitettusta gluteenittomasta ruokavalioista.

Laktoositon ruokavalio

Ruoka valmistetaan pääsääntöisesti laktoosittomana. Laktoosittoman ruokavalion ilmoittaneille tarjotaan ruokajuomaksi laktoositonta maitoa tai piimää.

Ruoka-aineallergia, jossa vaikeita oireita

Ilmoita ruoka-aineet, jotka aiheuttavat vaikeita allergiaoireita. Merkitse rastilla ruoka-aineet, joissa on hengenvaarallisen allergisen reaktion vaara. Merkitse myös, jos raaka-aine aiheuttaa allergiaa vain raakana tai sitä voi käyttää mausteena / mausteseoksissa.

Muuta huomioitavaa -kohtaan voi kirjata esim. vaikean ruoka-aineallergian kohdalla saako tarjota tuotteita, joissa on Saattaa sisältää pieniä määriä -merkintä. Tai muuta tietoa erityisruokavalion toteutuksesta (esim. lieviä oireita aiheuttavat ruoka-aineet tai ruokailutilanteessa huomioitavia asioita).

Muu ruokavalio

Merkitse rasti tarvitsemasi muun ruokavalion kohdalle.

Kasvisruokavalio = pääosin kasvikunnan tuotteista koostuva ruokavalio, joka sisältää kananmunaa ja maitotaloustuotteita.

Vegaaniruokavalio = kasvisruokavalio, jossa käytetään vain kasvikunnan tuotteita.

Merkitse rastilla erikseen ne eläinkunnan tuotteet (siipikarja ja kala), joita ruokavalio saa sisältää.

Vakaumukseen perustuva/ uskonnollinen ruokavalio

Merkitse rastilla ne vakaumukseen liittyvät ruoka-aineet, joita ruokavaliosi ei saa sisältää.

Päiväty ja allekirjoitettu ilmoituslomake toimitetaan koulun keittiölle sekä koululle. Koululla ja kouluterveydenhoitajalla tulee olla tieto noudatettavasta erityisruokavalioista.