

## Om mitt barn eller jag som personal behöver specialkost?

Om ditt barn eller du som personal\* behöver specialkost, tar du som förälder i första hand kontakt med skolhälsovården, sjuksköterska, dietist eller läkare, som gör en medicinsk bedömning och fyller i nedan intyg. Skolsköterskan tar sedan kontakterna med köket. Endast diagnoser som godkännts av Socialstyrelsen/Livsmedelsverket är aktuella för specialkost. Personal\* tar kontakt med sjuksköterska dietist eller läkare.

## Trygga måltider och rätt mat

Vi strävar efter att skapa en trygg måltid för elever med allergi eller annan födoämnesöverkänslighet, det är därför viktigt att det finns ett medicinskt underlag för specialkosten. Skolmåltiden är diabetesanpassad, samt nötter, mandel, jordnötter, trädnötter och sesamfrön får inte förekomma inom våra förskole- och skollokalerna. Vid Sjöängskolan finns alltid ett lakto-uvo-vegetariskt alternativ, vid övriga skolor när det står på matsedeln.

## När behöver mitt barn eller jag inte specialkostintyg?

En del önskemål om kost och avvikelser behöver inte ha specialkostintyg, vi behöver inte medicinskt underlag vid **diabetes** (skolmåltiden är anpassad för personer med diabetes, men meddela gärna köket om du t.ex. behöver ett mellanmål eller om det annat vi behöver ta hänsyn till), **vegetarisk mat** (se info om vår vegetariska mat, men meddela köket så vi vet när vi ska laga vegetarisk mat), **laktosintolerans 1 och 2** (men meddela köket så vi vet hur mycket laktosfri mjölk vi ska köpa hem).

Elevens namn:	Födelsedatum:
Skola/förskola:	Klass/avdelning:
Vårdnadshavare/kontaktperson 1:	Telefon: mail:
Vårdnadshavare/kontaktperson 2:	Telefon:

### Barnet/eleven kan inte äta:

Sätt X	Allergener (EU:s 14 lagstadgade)	Sätt X	Allergener övriga
	Mjölprotein		Tomat tillagad
	Skaldjur		Tomat rå
	Ägg		Morot rå
	Fisk		Morot tillagad
	Jordnötter		Citrusfrukter
	Sojaböner		Äpplen
	Sesamfrön		Stenfrukter, vilka?
	Selleri		Ärter
	Senap		
	Nötter och mandel		
	Svaveldioxid och sulfid		<b>Glutenintolerans</b>
	Lupin		Gluten (hör till EU:s 14- lista)
	Blötdjur		

Sätt X		Laktosintolerans, är inte en allergi se ** info	Intyg
	1	Laktosreducerad kost, endast laktosfri drickmjölk, samt yoghurt/fil vid förskola och fritids	Nej, endast meddelande till köket
	2	Laktosreducerad kost, vid "mjölk-rika" maträtter som pannkaka och risgrynsgröt	Nej, endast meddelande till köket
	3	Helt laktosfri kost	Ja, för detta krävs specialkostintyg

\*\* se aktuell information **laktosintolerans o komjölksallergi**, Statens Livsmedelsverk, [www.slv.se](http://www.slv.se).  
I Sverige beräknas 2-3 % av de minsta barnen ha mjölkallergi, de flesta växer ifrån allergin, därför ska intyget förnyas varje år. Bland vuxna i Sverige beräknas 4-10 % ha laktosintolerans, i världen i övrigt är laktosintolerans ett normaltillstånd hos vuxna, det är ingen sjukdom. Laktosintolerans är mycket ovanligt hos små barn, det kommer med åldern (vi ska sluta dia). Normalt i den tillagde måltiden ingår inte över 1 dl mjölk/ 5g laktos, de flesta laktosintoleranta tål motsvarande 5 g/dag bra.

Har eleven utretts av sjukvården för sin födoämnesallergi?    Ja                      Nej  
 Finns risk för akuta allvarliga reaktioner?                      Ja                      Nej  
 Har eleven akutmediciner som ska tas vid allergireaktion?    Ja                      Nej

Är det något annat ni vill informera oss om?

.....

.....

.....

### När ska intygen förnyas/revideras?

I normalfallet var annat eller var 3:e år (då eleven har träff med skolhälsovården),

- för **glutenintolerans** som kräver en livslång restriktion, behövs ingen förnyelse av intyg,
- för **allergier** (spec. mjölkallergi som vanligtvis växer bort) och laktosintoleranser (man kan ha en sekundär laktosintolerans pga. t.ex. odiagnostiserad glutenintolerans som läker ut vid rätt diagnos och kost) – varje år

Kontakta köket på förskolan/skolan när eleven inte ska äta sin måltid exempelvis vid sjukdom, för att köket inte ska behöva tillaga maträtter som sedan får kastas. Ring gärna också när eleven kommer tillbaka till förskolan/skolan för att garantera att eleven får rätt mat.

Telefon kök förskola/skola .....Telefon måltidschef, 0583-820 60

Datum	Medicinsk bedömning
.....	Datum
.....	.....
Namn vårdnadshavare	Namn läkare, sjuksköterska, dietist