



ERITYISRUOKAVALIO KOULUSSA

tiedote huoltajalle

Koti: *Joka lukuvuoden alussa täytetään erityisruokavalioilmoitus.* Mikäli lukuvuoden aikana tulee muutoksia, huoltaja ottaa yhteyttä terveydenhoitajaan. Ennakkoon tiedetty **poissaolo pyydetään ilmoittamaan keskuskeittiö puh. 044-7475840.** Allergiaruokavalioita ei tule turhaan noudattaa. Uusien oppilaiden osalta todistus tulee olla toimitettu viimeistään syyskuun alkuun mennessä (ilman toimitettua todistusta erityisruokavalioita ei toteuteta). Jatkavien osalta toimitus heti lukuvuoden alkaessa, ota hyvissä ajoin yhteyttä terveydenhoitajaan.

Vältettävää ruoka-aineita kokeillaan lääkärin ohjeiden mukaan. Allergiaruokavalion purkuohjeita: Ongelmia aiheuttaneen ruoka-aineen kohdalla edetään aluksi hitaasti, vain hyvin pieniä määriä maistellen, määrää hitaasti lisäten. Keskustele asiasta hoitavan lääkärin tai oppilasta hoitavan terveydenhoitajan kanssa.

Erityisruokavalioiden ja uskonnollisten/eettisten ruokavaliorajoitusten toteutus kouluruokailussa

Kouluruokailun tavoitteena on ylläpitää ja edistää oppilaan terveyttä ja työtehoa. Kouluruoka on osa koulun oppilashuoltoa ja samalla osa koulun kasvatus- ja opetustyötä. Nakkilan kunnan peruskouluissa oppilaille tarjotaan sairauden vaatima erityisruokavalio. Uskonnolliset ja eettiset ruokavaliot otetaan myös huomioon.

Huoltajan ilmoitus koululle riittää:

Kun kyseessä on alla lueteltu vaihtoehto riittää huoltajan ilmoitus lomakkeella (tulosta lomake kunnan verkkosivuilta tai pyydä luokanvalvojalta/omalta opettajalta, toimitus oman koulun keittiölle tai luokanvalvojalle/omalle opettajalle ja hän toimittaa keittiölle todistuksen).

- uskonnolliset syyt tai noudattaa kasvisruokavalioita, johon kuuluu myös maitotuotteet ja kananmuna.
- rajoitetun ajan (enintään kaksi kuukautta) kestävä ruokavaliohoitokokeilu esim. ruoka-allergiaan liittyen, lääkärin tai muun terveydenhuollon henkilön ohjeiden mukaan. Ohjeistus toimitetaan keskuskeittiölle.
- keliakiaruokavalio, mukaan **liitetään kopio lääkärin B-todistuksesta ja vastataan käyttäkö gluteenitonta kauraa ruokavaliossa**
- vähälaktoosinen tai laktoositon ruokavalio
- diabeetikon välipala, mukaan liitetään kopio ateriasuunnitelmasta

Huomiothan kaksi viikkoa syömättä jätetyn huoltajan ilmoituksella ilmoitetun erityisruokavalion valmistus lopetetaan automaattisesti. Jatkossa näissä tapauksissa erityisruokavalion saa takaisin voimaan ottamalla yhteyttä terveydenhoitajaan.

Terveydenhoitaja: Arvioi ja varmistaa erityisruokavalion jatkamisen tarpeellisuuden kunkin **lukuvuoden alkaessa.** Tarkistaa erityisruokavalioilmoituksen sisällön ja antaa ohjaustaruokavalion toteutukseen/purkamiseen. Arvioi lääkärintodistuksen tarpeellisuuden

ja ohjaa tarvittaessa ravitsemusterapeutin vastaanotolle. Toimittaa lomakkeen keittiöön ruokapalveluvastaavalle. Terveystenhoitajalla on oikeus poistaa erityisruokavalio, mikäli oppilas toistetusti jättää syömättä valmistetun aterian. Kaksi viikkoa syömättä jätetyn erikoisruokavalion valmistus lopetetaan automaattisesti. Erikoisruokavalion saa jälleen voimaan uudella terveystenhoitajan todistuksella. Allergia- ja muiden erityisruokavalioiden toteutus sujuu parhaiten yhteistyössä. Lievät allergia oireet ovat yleisiä ja ne katoavat usein itsestään. Lievään allergiaan riittää itsehoito ja seuranta. Kun on todettu ruoka-allergia, joka aiheuttaa merkittäviä tai hengenvaarallisia oireita, tarvitaan erityisruokavalio. Ruoka-aine allergiassa tarvitaan lääkärin todistus mistä ilmenee ruoka-aineet mille henkilö on allerginen, mahdolliset oireet ja ohjaus miten ruokavalio toteutetaan. Pelkät allergiatestitulokset eivät riitä erikoisruokavalion toteuttamiseen. Lisäaineallergian ollessa kyseessä terveystenhoitajalle toimitetaan lääkäritodistus mistä ilmenee allergiaa aiheuttava lisäaine ja samoin tarvittavat lääkärin ohjaukset miten ruokavalio toteutetaan.

Ravitsemispalvelut: Kokki tai dieetikokki valmistaa erityisruokavalion mukaisesti. Kokki tai ruokapalveluvastaava ilmoittaa koulu- ja opiskeluterveystenhoitajalle niistä erityisruokavalioidista, jotka toistuvasti jäävät syömättä.

Opettaja: Opettajan tulee tietää oppilaan erityisruokavalioidista. Voi tarvittaessa ohjata koulu- tai opiskeluterveystenhoitajan vastaanotolle.

Ravitsemusterapeutti: Ravitsemusterapeutille tulee lähettää ruoka-aineallergiset lapset/nuoret silloin kun rajoituksia on paljon tai ravitsemuksellisesti keskeisiä ruoka-aineita on jätetty kokonaan pois, esim. viljat tai maitotuotteet tai kun allergisen lapsen kasvussa (paino/pituus) todetaan hidastumista. Ravitsemusterapeutti huolehtii ruoka-allergisen lapsen ruokavalion ravitsemuksellisen riittävyden arvioinnista sekä vanhempien ohjauksesta. Ravitsemusterapeutin vastaanotolle tarvitaan mielellään lääkärin tai terveystenhoitajan lähete.

Lomakkeen täytössä huomioitava:

Uuden tietosuojalain tultua voimaan, erityisruokavaliolomakkeessa kysytään myös huoltajan suostumus tietojen siirtoon erikoisruokavaliorekisteriin sekä oppilaan nimen näkymiseen ruoka-annoksen päällä. Rekisteriin siirtyy oppilaan nimi, luokka ja ruokavaliotieto. Nimen merkitseminen annokseen on joissakin ruokavalioidissa turvallisuuskysymys, jolla varmistetaan että oppilas saa hänelle sopivan ruokavalion (esim. anafylaksia vaara ruokavaliossa).