



Information angående specialkostintyg medicinska och etiska/kulturella skäl

Läs denna information innan du fyller i specialkostintyget! Du kan ge oss värdefull information så att vi inte ändrar maten mer än vad som behövs. Om du har information om något av nedanstående så fyll i det under "Övrigt" på specialkostintyget.

Vid sjukdom eller ledighet, ring köket före kl. 8.00 för att undvika att specialkost tillagas och slängs. Vid ändrade förhållanden ansvarar vårdnadshavaren för att meddela köket.

Kökets telefonnummer:

Vid eventuella frågor angående formuläret, kontakta:

Laktosintolerans hos små barn

Laktosintolerans är extremt ovanligt hos barn före fem års ålder (*Läkartidningen 31 januari 2012*). Om ett barn har problem med magen är det därför troligare att det beror på något annat än laktosintolerans. Om misstanke finns att barnet reagerar på mjölk är det viktigt att söka vård för att få rätt diagnos och inte på egen hand börja med laktosreducerad kost innan orsaken till besvären är utredda. Det man tror är laktosintolerans kan vara en mjölkproteinallergi eller en annan medicinsk orsak t.ex. en obehandlad glutenintolerans.

Hur mycket laktos klarar barnet/eleven av att äta?

Laktosintolerans är inte en sjukdom, en stor del av världens befolkning har en nedsatt förmåga att bryta ner laktos. De flesta laktosintoleranta klarar av att få i sig ca 5-7,5 g laktos/dag jämt fördelat under dagen. En viss nedbrytning av laktos verkar vara bra för tjocktarmen (*Läkartidningen 31 januari 2012*). Om barnet klarar av att äta vanlig mat men behöver laktosfri mjölk till maten, kryssa i ruta 1. Om även laktoslåg mat behövs, kryssa i ruta 2.

Sädeslagsallergi

En del sädeslagsallergiker klarar av att få i sig en liten mängd av sädeslagsproteinet. 2012 sänktes glutenmängden i glutenfria livsmedel till 20 ppm gluten. Klarar barnet/eleven denna mängd, fyll i det under "Övrigt".

Tål exempelvis äpple, morot och tomat när det är upphettat.

Vissa frukter och grönsaker tolereras inte råa men kan ätas i upphettad form, exempelvis äpple. Fyll i den informationen under "Övrigt".

Sojaproteinallergi

I sällsynta fall kan sojaproteinallergiska personer även reagera på produkter som utvinns från sojabönan, t.ex. sojalecitin (E322) eller sojabönshemicellulosa (E426). Fyll i den informationen under "Övrigt".

Tål i små mängder

Ibland kan man äta små mängder av det man vanligtvis inte tål exempelvis paprika eller lök i kryddblandningar. Fyll i den informationen under "Övrigt".

Nötter, jordnötter, sesamfrön och mandel förekommer inte i maten och får heller inte medtas till skolan. Om barnet/eleven har en svår allergi mot detta är det ändå viktigt att informationen fylls i under "Övrigt".



Specialkostintyg medicinska och etiska/kulturella skäl

Barnets namn:	Personnummer:	Datum:
Förskola:	Avdelning	
Vårdnadshavare:	E-mail och telefon:	
Förskolepersonal:	E-mail och telefon:	

Intyget lämnas till pedagog/kontaktperson som vidarebefordrar avkodat intyg till köket.

För att säkerställa att det medicinska behovet har bedömts av hälso- och sjukvården ställs krav på läkarintyg vid följande diagnoser enligt Kost & Närings nationella rekommendationer.

- Svår matallergi med akut allergisk reaktion
- Funktionsnedsättande matallergi
- Multiallergi
- Luftburen matallergi
- Celiaki/glutenintolerans

Viktig information, ifylls alltid!

Symptom, reaktion:

Eventuell akutbehandling:

Barnet är överkänslig/allergisk mot

Laktosintolerans, välj 1 av nedanstående alternativ

- | | |
|--|---|
| ☐ Behöver laktosfri dryck | ☐ Ägg |
| ☐ Behöver laktosfri dryck och laktoslåg mat (max 1g laktos) | ☐ Sojaprotein |
| ☐ Gluten | ☐ Annan böna, ärtor, linser, vilken? _____ |
| ☐ Mjölprotein | ☐ Rå tomat |
| ☐ Fisk | ☐ Rå morot |
| | ☐ Rå paprika |

- | |
|---|
| ☐ Tål kokt tomat |
| ☐ Tål kokt morot |
| ☐ Tål kokt paprika och paprikakrydda |

Barnet äter följande mat av etiska/kulturella skäl:

- ☐ Vegetarisk mat, mjölk ingår
- ☐ Vegetarisk mat, mjölk och ägg ingår
- ☐ Vegetarisk mat, mjölk, ägg och fisk ingår
- ☐ Vegetarisk mat, mjölk, ägg, fisk och kyckling ingår
- ☐ Vegankost
- ☐ Äter inte griskött

Övrigt: (Läs informationen innan du fyller i detta)

- Beskriv om barnet är allergisk/överkänslig mot något annat än ovanstående.
- Beskriv om barnet tål något i små mängder ex. kryddor.
- Beskriv om barnet tål frukt/grönsak när det är kokt.

Vegankost

Eftersom vi är skyldiga att tillaga näringsriktig kost till alla barn måste vi upplysa om att vegankosten inte blir komplett utan berikade produkter och tillskott av vitamin B12 och vitamin D.

Ansaret att komplettera med berikning och tillskott ligger på vårdnadshavare och inte på förskolan.

Mer information om vegankost till barn/ungdomar finns på slv.se