



Informationsbrev om specialkostintyg av medicinska och etiska/kulturella skäl

Läs informationsbrevet innan du fyller i blanketten! Din kunskap är värdefull och hjälper oss att inte ändra maten mer än nödvändigt. Har du information om något av nedanstående så fyll i det under "Övrigt" på specialkostblanketten.

Vid sjukdom eller ledighet, ring köket på ert barns förskola/skola/fritids före klockan 8.00 för att undvika att specialkost tillagas och slängs. Vid ändrade förhållanden är det viktigt att du meddelar köket.

Hur mycket laktos klarar du av att äta?

Laktosintolerans är inte en sjukdom, men en stor del av världens befolkning har en nedsatt förmåga att bryta ner laktos. De flesta laktosintoleranta klarar av att få i sig ca 5-10 g laktos/dag jämt fördelat under dagen. Om du klarar av att äta vanlig mat, men behöver laktosfri mjölk till maten, kryssa i ruta 1. Behöver du även laktoslåg mat, kryssa i ruta 2. **Observera!** Laktosintolerans kräver inget läkarintyg, det räcker att vårdnadshavare fyller i det här intyget.

Glutenintolerans och mjölkproteinallergi

Har du både glutenintolerans och mjölkproteinallergi vill vi veta om du använder Oatlys produkter. De är inte märkta med "mycket låg glutenhalt", men innehåller enligt tillverkaren inte mer än 100 ppm gluten. Meddela under "Övrigt" om du tillåter det i maten.

Sädeslagsallergi

En del sädeslagsallergiker klarar att få i sig en liten mängd av sädeslagsproteinet. Glutenmängden i glutenfria livsmedel är 20 ppm gluten. Klarar du av denna mängd, fyll i det under "Övrigt".

Nötallergi

Nötter, jordnötter, sesamfrön och mandel förekommer inte i skolmaten och får heller inte medtas till skolan då denna allergi oftast är mer allvarlig än andra.

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".

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".



Specialkostintyg medicinska och etiska/kulturella skäl

Namn:	Datum:
Skola/fritidshem/förskola:	
E-post och telefon dagtid:	

Foto
(önskvärt)

Jag är överkänslig/allergisk mot

Laktosintolerans, **välj 1** av nedanstående alternativ

<input type="checkbox"/> Behöver laktosfri dryck	<input type="checkbox"/> Nötter, vilken sorts nöt? _____	
<input type="checkbox"/> Behöver laktosfri dryck och laktoslåg mat (max 1g laktos)	<input type="checkbox"/> Ägg	
<input type="checkbox"/> Gluten	<input type="checkbox"/> Sojaprotein	
<input type="checkbox"/> Mjölksprotein	<input type="checkbox"/> Annan bönor, ärtor, linser, vilken? _____	
<input type="checkbox"/> Fisk	<input type="checkbox"/> Rå tomat	<input type="checkbox"/> Tål kokt tomat
	<input type="checkbox"/> Rå morot	<input type="checkbox"/> Tål kokt morot

Specialkost av medicinska skäl ska styrkas med ett läkarintyg som lämnas till köket. (Gäller inte laktosintolerans)

I för- och grundskola följer intyget med barnet under hela skoltiden under förutsättning att barnet stannar på en och samma för-/grundskola. Vid byte av förskola eller skola är det vårdnadshavarens ansvar att lämna intyget till det nya köket.

Jag äter följande mat av etiska/kulturella skäl:

<input type="checkbox"/> Vegetarisk mat, mjölk ingår
<input type="checkbox"/> Vegetarisk mat, mjölk och ägg ingår
<input type="checkbox"/> Vegetarisk mat, mjölk, ägg och fisk ingår
<input type="checkbox"/> Vegetarisk mat, mjölk, ägg, fisk och kyckling ingår
<input type="checkbox"/> Äter inte griskött

Övrigt: (Läs informationsbrevet innan du fyller i det här)

- Beskriv om du är allergisk eller överkänslig mot något annat än ovanstående.
- Beskriv om du tål något i små mängder, till exempel kryddor.
- Beskriv om du tål frukt eller grönsak när den är kokt.

Målsmans underskrift

Namnförtydligande, datum

