



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.** Allergiaruokavaliota ei tule turhaan noudattaa. Uusien oppilaiden osalta todistus tulee olla toimitettu viimeistään syyskuun alkuun mennessä (ilman toimitettua todistusta erityisruokavaliota 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 omalle luokanvalvojalle/omalle opettajalle ja hän toimittaa keittiölle todistuksen).

- uskonnolliset syyt tai noudattaa kasvisruokavaliota, johon kuuluu myös maitotuotteet ja kananmuna.
- rajoitetun ajan (enintään kaksi kuukautta) kestävä ruokavaliohoitokeilu esim. ruoka-allergiaan liittyen, lääkärin tai muun terveydenhuollon henkilön ohjeiden mukaan. Ohjeistus toimitetaan keskuskeittiölle.
- keliakiaruokavalio, mukaan **liitetään kopio lääkärin B-todistuksesta ja vastataan käyttääkö 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. Terveystietojalla on oikeus poistaa erityisruokavalio, mikäli oppilas toistuvasti jättää syömättä valmistetun aterian. Kaksi viikkoa syömättä jätetyn erikoisruokavalion valmistus lopetetaan automaattisesti. Erikoisruokavalion saa jälleen voimaan uudella terveystietojen 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 henkilölle on allerginen, mahdolliset oireet ja ohjaus miten ruokavalio toteutetaan. Pelkät allergiatestitulokset eivät riitä erikoisruokavalion toteuttamiseen. Lisäaineallergian ollessa kyseessä terveystietojalla toimitetaan lääkäritodistus mistä ilmenee allergiaa aiheuttava lisäaine ja samoin tarvittavat lääkärin ohjaukset miten ruokavalio toteutetaan.

Ravitsemispalvelut: Kokki tai dieetikokki valmistaa erityisruokavalion mukaisesti. Ruokapalvelupäällikkö ilmoittaa koulu- ja opiskeluterveydenhoitajalle niistä erityisruokavalioiden, jotka toistuvasti jäävät syömättä.

Opettaja: Opettajan tulee tietää oppilaan erityisruokavalioiden. Voi tarvittaessa ohjata koulutai opiskeluterveydenhoitajan vastaanotolle. Koulun retkiä suunniteltaessa.

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 riittävyyden arvioinnista sekä vanhempien ohjauksesta. Ravitsemusterapeutin vastaanotolle tarvitaan mielellään lääkärin tai terveystietojen lähete.

Turvaruuan tarve oppimien tueksi. Tarpeen määrittelee ravitsemusterapeutti ja antaa samalla ruokapalveluille ohjeistuksen turvaruuan toteuttamisesta. Aloittamiseen tarvitaan selkeä ravitsemuksellinen ohjaus ja on aina tapauskohtaisesti yksilöityä. Turvaruoka on aina määräaikainen pääasiassa n. 3-6kk, jolla pyritään tukemaan koulu ruokailutilanteiden kehittymisen normaali ruokailun suuntaan. Ravitsemusterapeutin ohjaus siksi tarpeellinen. Turvaruuan käyttäminen suunnitellaan erityisintuen tarpeissa, joilla pyritään turvaamaan lapsen/nuoren oppimisen, kasvun ja kehityksen tuki. Turvaruokana pyritään pitämään ruokapalveluiden ruokalistalla jo kiertäviä ruokia.

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, syntymäaika, luokka ja ruokavaliotieto. Nimen merkitseminen annokseen on joissakin ruokavalioiden turvallisuuskysymys, jolla varmistetaan oikean ruuan saati oikealle henkilölle. Kuten esimerkiksi ruokavaliot, joissa on kyse anafylaksiasta eli ruokavalion noudattamien on todella tärkeää heille.