

**Information till
vårdnadshavare med
barn/elev som
behöver specialkost**

Riktlinjer för specialkost i Lerums kommun

Viktig information till vårdnadshavare, som har barn eller elev med födoämnesallergi eller som behöver anpassade måltider.

Vi som arbetar inom Måltidsservice har ambitionen att tillmötesgå ditt barns individuella behov av specialkost med hög kvalitet och största säkerhet varje skoldag. Vi utgår från ”Kost & Närings nationella rekommendationer för specialkost och anpassade måltider i förskola och skola”.

Specialkost av medicinska skäl

Vid behov av specialkost av medicinska skäl behövs en ifylld specialkostanmälan. Intyg från läkare eller dietist som styrker allergi ska också bifogas specialkostanmälan.

Anpassade måltider

Vid behov av anpassade måltider erbjuds lakto-ovo-vegetarisk kost, som är vegetarisk kost som även innehåller mjölk och ägg, eller kost utan fläskkött. Anpassade måltider kan till exempel vara av etiska eller religiösa skäl, detta är då elevens trostillhörighet eller kultur förhindrar intag av viss föda, exempelvis fläskkött eller blodmat. För att få anpassad måltid behöver en anmälan om specialkost skickas in.

Till den som äter kött men avstår visst kött erbjuder vi dagens vegetariska alternativ. Vi har inte möjlighet att laga mat på halal-slaktat kött, kosher eller liknande.

Övrig information

Specialkostanmälan ska inte användas för att få särskild mat om man inte tycker om den huvudrätt som erbjuds. Olika grönsaker eller sallader, bröd, margarin, mjölk och vatten finns alltid att tillgå.

Skulle det ske några förändringar i ditt barns dietbehov, så ska en ny specialkostanmälan göras. Om ditt barn är sjukt eller ledig bör du kontakta Måltidsservice, aktuellt skol- eller förskolekök, och meddela detta. Nummer till skolans kök hittar ni på www.lerum.se eller genom att ringa kundcenter på telefonnummer 0302-52 10 00. Om eleven under två veckors tid utan anmäld orsak inte hämtar ut sin specialkost, kommer denna dras in. Köket meddelar ansvarig pedagog som i sin tur meddelar skolsköterskan och vårdnadshavare.

Fyll i för specialkostanmälan via vår e-tjänst Anmälan om specialkost med kontaktinformation och information om ditt barns dietbehov samt bifoga eventuellt läkarintyg eller dietistintyg så skickas den till ansvariga på måltidsservice.

Vårdnadshavare meddelar om det är aktuellt med specialkost även kommande skolår genom att fylla i en ny specialkostanmälan via vår e-tjänst Anmälan om specialkost. Om ni lämnat ett läkar- eller dietistintyg föregående år behövs inte ett nytt skickas in igen, om inget ändrats i barnets/elevens specialkost. Om någon förändring skett i specialkosten

behöver ett nytt läkar- eller dietistintyg bifogas anmälan av specialkost i vår e-tjänst. Om inte vårdnadshavaren inkommer med ny anmälan vid terminsstart på hösten, senast 1 september varje år, så anses inte behovet av specialkost längre förekomma. Om ditt barn byter förskola eller skola ska en ny specialkostanmälan göras och skickas in tillsammans med eventuellt läkarintyg eller dietistintyg.

Information kring laktosintolerans

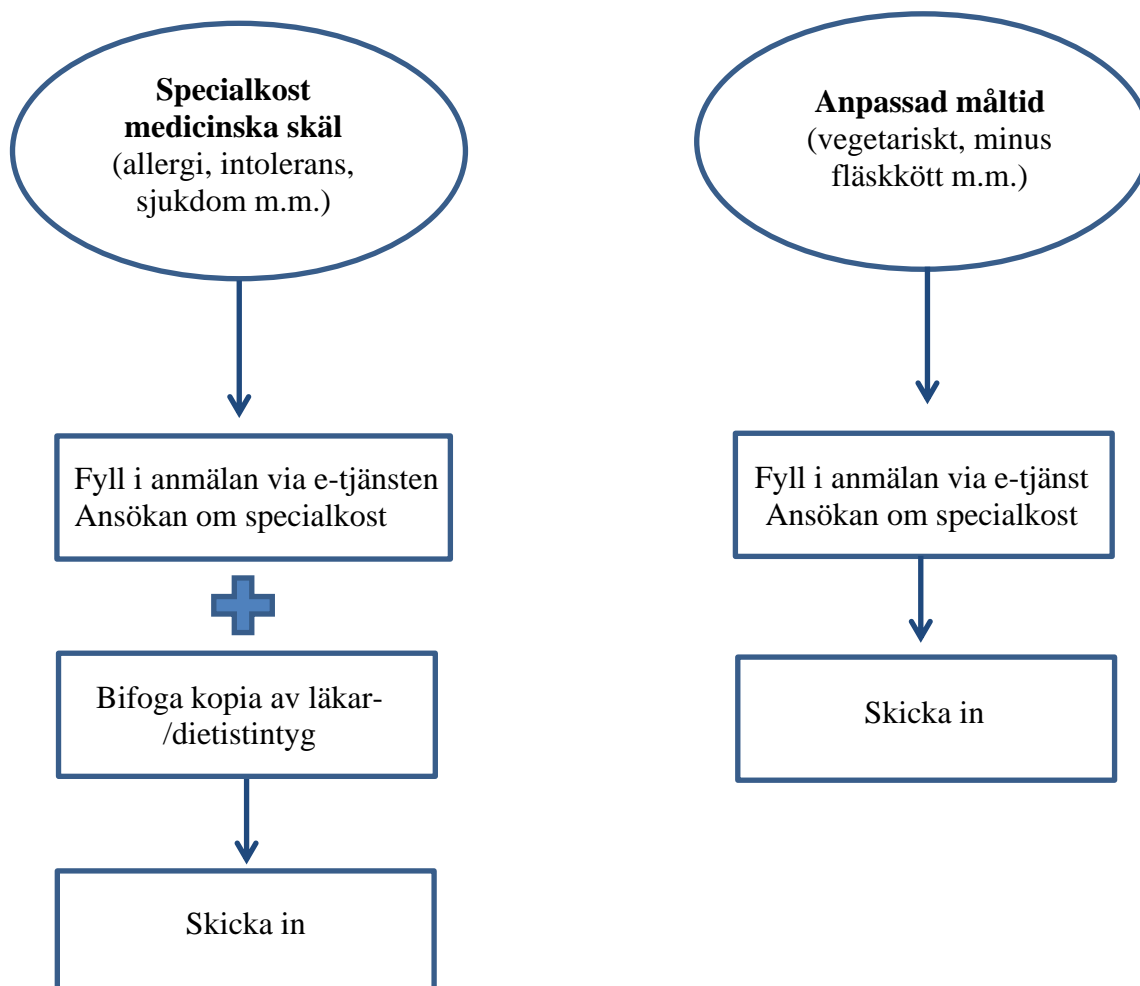
Från och med hösten 2020 kommer rutinerna kring kost till laktosintoleranta i våra kök att ändras, detta för att undvika fel i hanteringen och säkerställa att eleverna får den mat de behöver.

Det som kommer att ändras är att den person som ansöker om specialkost får ta ställning till om denne kan äta laktoslåg mat eller om läkare konstaterat att man behöver helt laktosfri mat. Tål man så liten mängd laktos att man behöver laktosfri mat kommer mjölkfri mat att erbjudas, alla kommer erbjudas vatten till maten.

Många av våra måltider och recept skulle klassas som laktoslåga i sig, exempelvis om ingen eller liten mängd mjölk ingår, och vid dessa måltider ändras inte maten. Vissa dagar ingår dock mer mjölkprodukter i måltiderna och detta kan vissa laktosintoleranta reagera på. Då kan laktosintoleranta få en annan laktoslåg rätt. Vill du veta vilka dagar som rätterna på vår meny innehåller mer laktos än gränsvärdet går det bra att skicka ett e-postmeddelande till: maltidsservice@lerum.se. För att få ta del av en meny där dagarna med mer laktos i är markerade.

- Laktosintolerans är ingen sjukdom eller allergi utan ett normaltillstånd i större delen av världen. I Norden konsumerar vi av tradition en högre mängd mejeriprodukter. Detta har över tid lett till att de flesta i Norden har en ärftlighet att klara av att bryta ner mjölksockret laktos även i vuxen ålder.
- Är man laktosintolerant och får i sig stora mängder laktos kan detta leda till obehag men det är inget som är skadligt för kroppen.
- Hur känslig man är för laktos varierar men de flesta med laktosintolerans klarar av att få i sig cirka 1 dl mjölk per dag eller 2 g laktos per portion och klarar av att äta vanlig mat - även med mjölkprodukter i. För de flesta räcker det att byta ut mjölk som måltidsdryck till vatten. Det tycks vara positivt att fortsätta få i sig och inte utesluta all laktos ur maten som laktosintolerant. Olika produkter innehåller olika mängd laktos. För mer info se Livsmedelsverkets hemsida.
- Laktosintolerans hos små barn är mycket ovanligt. Har man yngre barn och märker att de reagerar på mjölk är det viktigt att utreda orsaken innan man utesluter några livsmedel – det är troligen något annat än laktosintolerans, exempelvis mjölkallergi eller obehandlad celiaki. Laktosintolerans visar sig vanligtvis i skol- eller ungdomsåren.

Processkarta (beskrivs med text längre ner)



Beskrivning av processkartan

Det finns två varianter av specialkost; det ena är specialkost av medicinska skäl såsom allergi, intolerans eller sjukdom, det andra är någon form av anpassad måltid såsom vegetarisk mat eller mat utan fläskkött.

Finns det behov av specialkost av medicinska skäl ska en specialkostansökan göras via e-tjänsten Ansökan om specialkost på Lerums kommuns webbplats lerum.se. Till anmälan ska ett läkarintyg eller dietistintyg som styrker specialkosten bifogas. När allt är ifyllt och intyg är bifogat så skickar du in det till handläggning.

Finns det behov av anpassad måltid ska en specialkostansökan göras via e-tjänsten Ansökan om specialkost på Lerums kommuns webbplats lerum.se. När allt är ifyllt skickar du in det till handläggning.