

Information kring specialkost

för kommunens kommunala skolor och förskolor

Kommunen tillhandahåller näringsriktiga måltider till de barn/elever som av någon anledning är i behov av specialkost och inte kan äta den ordinarie måltiden. Utbudet av kosten grundar sig på skollagens krav på näringsriktiga måltider.

Idag förekommer det mycket trender när det gäller matvanor vilket gett ökade önskemål om olika dieter även inom förskola och skola. Det har påvisats att barn med specialkost tycker det är jobbigt att behöva särskiljas från sina kamrater och en restriktiv kosthållning riskerar dessutom alltid att bli ensidig. Det är därför av stor vikt att inte utesluta livsmedel i onödan. Vid planering av specialkost utgår vi alltid från huvudalternativet på matsedeln. Tillbehör på ordinarie matsedel samt råkost/salladsbord är komplement även till specialkosten

Specialkost kan erbjudas till barn/elever med livsmedelsallergier och intoleranser eller till barn/elever som på grund av andra skäl behöver anpassad kost, se nedan. Det innebär att måltiden ska vara glädjefylld, smakrik och säker. Maten och måltiden ska skapa förutsättningar till bra matvanor och en god hälsa.

För att få specialkost av medicinska orsaker krävs intyg utfärdat av hälso- och sjukvårdspersonal tillsammans med ifylld ansökan "*ansökan om specialkost av medicinska skäl*". Kom ihåg om barnet/eleven behöver medicin vid en allvarlig allergisk reaktion, behöver ni även lämna "*Handlingsplan vid allergisk reaktion*" Denna tillhandahålls av behandlande läkare.

Vid ansökan av annan specialkost som kan tillhandahållas d.v.s. laktosreducerad-, vegetarisk-, eller mat fri från fläsk, nöt, och blodmat behövs inget intyg från hälso- och sjukvården. Detta gäller även vid lindrig överkänslighet, exempelvis att barnet/eleven blir rött runt munnen av färska tomater, citrus eller liknande. Detta skrivs på blanketten "*ansökan om annan specialkost*". Vi erbjuder inte halal-, kosher- eller veganmat, i stället rekommenderas vegetarisk mat.

Anmälan om specialkost

För att säkerställa att ditt barn får rätt kost, serveras specialkost av medicinska skäl endast till de barn/elever som har en ifylld ansökan och ett aktuellt intyg utfärdat av hälso- och sjukvården.

Det är vårdnadshavares ansvar för att fylla i och lämna in anmälan samt intyg för aktuell specialkost till enheten samt ge information. När köket har fått in anmälan, kan specialkosten tillhandahållas.

Ny "*ansökan om specialkost av medicinska skäl*" skall lämnas varje år i början av höstterminen. Ett nytt aktuellt intyg från hälso- och sjukvården lämnas vid förändrat behov och i samband med att barnet börjar förskoleklass, årskurs 4, 7 samt vid gymnasiestarten.

Laktosintolerans är mycket ovanligt hos små barn. Hos personer med ärftlighet för laktosintolerans minskar produktionen av enzymet laktas oftast under skol- eller ungdomsåren.

Laktasbrist kan uppträda tillfälligt i samband med en skada i tarmslemhinnan som vid obehandlad glutenintolerans (celiaki) eller vid tarminfektioner. När skadan har läkt återkommer laktasenzymet.

Misstänker du laktosintolerans, uppsök alltid läkare så att allvarligare tillstånd inte missas. För fullständigt laktosfri kost görs ansökan på blanketten ”*ansökan om specialkost av medicinska skäl*” och ett intyg från hälso- och sjukvården krävs.

Vid laktosintolerans tål man en viss mängd laktos. Hur mycket man tål varierar, men de flesta kan dricka åtminstone en deciliter mjölk dagligen utan symtom. Vi erbjuder **laktosreducerad kost**, vilket innebär att vi erbjuder laktosfri mjölk att dricka och annan kost när maten innehåller stora mängder mjölk som t.ex. lasagne, pannkakor och risgrynsgröt.

Vid önskemål om laktosreducerad kost rekommenderas först en prövoperiod på 14 dagar, därefter krävs en utvärdering. Det är föräldrarnas ansvar att kontakta förskolechef/skolsköterskan om eleven skall fortsätta med denna kost efter prövoperioden. Om ingen uppföljning görs och meddelar att barnet/eleven ska ha fortsatt laktosreducerad kost kommer kosten att utebli för barnet/eleven. Ansökan görs på blankett ”*Ansökan om laktosreducerad kost*”

Avanmälan

Avanmälan av specialkost ska alltid göras av vårdnadshavare när barnet/eleven inte längre behöver specialkost eller vid byte av förskola/skola. Vid byte av förskola/skola är det vårdnadshavares ansvar att se till att blanketten flyttas till nästa ställe.

Har du frågor kontakta:

Förskolechefen på förskolan

Skolsköterskan för elever

Kommunens kostekonom

Du kan också kontakta regionen Jönköpings läns allergikonsulent på telefonnummer 036-322161