



## Tilaus erityisruokavaliosta

päivitetty 7.3.2018

Mikäli sinulla on jokin erityisruokavalio, täytä lomake huolellisesti ja palauta opettajalle tai koulun keittiölle. Erityisruokavalion edellytyksenä on, että oppilas noudattaa kyseessä olevaa ruokavaliota myös kotona. Mikäli erityisruokavalion tarve on loppunut, ei lomaketta tarvitse palauttaa.

<b>Ruokailijan perustiedot</b>	Etunimet ja sukunimi	<input type="checkbox"/> Oppilas <input type="checkbox"/> Aikuinen
	Koulu	Luokka syksyllä 2018
	Huoltajat	Huoltajien puhelinnumerot ja sähköposti
	Erityisruokavalion aloittamisaika	
<p>Erityisruokavaliota noudattavan poissaoloista ja ruokavalion muutoksista on aina ilmoitettava välittömästi koulun keittiöön. Jokaisen erityisruokavaliota noudattavan on itse muistettava kysyä annostaan ruokailemaan tullessaan. Mikäli ruokailija toistuvasti jättää noutamatta hänelle valmistetun annoksen, sitä ei enää vastaisuudessa hänelle varata.</p>		
<b>Erityisruokavalio terveydellisistä syistä</b>	<input type="checkbox"/> Keliakia (ruokavalio sisältää gluteenitonta kauraa) <input type="checkbox"/> Ei siedä gluteenitonta kauraa	
	<input type="checkbox"/> Laktoositon ruokavalio (kouluruoka on vähälaktoosista, joten vähälaktoosista ruokavaliota ei tarvitse ilmoittaa)	
	<input type="checkbox"/> Ruoka-aineallergia, jossa vaikeita oireita	
	Kielletty ruoka-aine	Yleistyneen allergisen reaktion eli anafylaksian vaara
	_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	
_____	<input type="checkbox"/>	
_____	<input type="checkbox"/>	
_____	<input type="checkbox"/>	
_____	<input type="checkbox"/>	
_____	<input type="checkbox"/>	
<p><b>Huom! Lisää allergiaa aiheuttavan ruoka-aineen perään (R), jos aiheuttaa allergiaa vain raakana. Merkitse voiko ruoka-ainetta käyttää mausteena esim. selleri (mausteena käy).</b></p> <p><b>Pähkinäallergisen ruokavalio sisältää muskottipähkinää ja kookospähkinää. Mikäli muskottipähkinä tai kookospähkinä ei sovi ruokavalioon, on siitä ilmoitettava erikseen.</b></p>		
Onko ruokavalio lääkärin toteama? <input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei <b>Mikäli ruokavalio ei ole lääkärin toteama, ota yhteys kouluterveydenhoitajaan.</b>		
<b>Muu ruokavalio</b>	<input type="checkbox"/> Kasvisruokavalio (sisältää maitoa ja kananmunaa)	
	Lisäksi syö <input type="checkbox"/> Kalaa <input type="checkbox"/> Siipikarjaa	
	<input type="checkbox"/> Sianlihaton ruokavalio (veriruokia ei tarjota koulussa, ilmoittamista ei tarvita)	
<b>Muuta huomioitavaa</b>		
Päiväys	Huoltajan allekirjoitus	

Lisätietoa: Anu Mikkola, ravitsemussuunnittelija, [anu.mikkola@makunne.fi](mailto:anu.mikkola@makunne.fi), 040 482 8299