



Beställning av specialkost

Elevens namn	Personnummer
Klass	Läsår

Eleven tål ej:

- Komjölksprotein Laktos Gluten Ägg Kyckling Citrus Baljväxter
 Nötter och mandel Soja Fisk
 Röda frukter och bär (ange under övrigt vilket/vilka livsmedel det gäller)

- Eleven har diabetes typ 1 Eleven behöver specialkost p.g.a. sjukdom (anges vilken under övrigt)

Diagnosen är fastställd av:

Läkare
Dietist
Sjuksköterska
Annan sjukvårdspersonal (ange även titel)

Övrigt (ev. symtom, mediciner etc)

Jag är medveten om att eleven endast får specialkost efter fastställd diagnos av läkare/BVC/skolsköterska och att ett utdrag ur journalen samt intyg ska skickas med. Godkända vårdinrättningar är Region Östergötland och Region Örebro samt fristående vårdinrättningar som har fått sitt uppdrag av Region Östergötland eller Region Örebro.

Datum
Vårdnadshavares underskrift
Namnförtydligande

Information om specialkost

Laktosintolerans hos små barn

Laktosintolerans är extremt ovanligt hos barn under fem-sex år (Läkartidningen 31 januari 2012). Om ett barn har problem med magen är det därför troligare att det beror på något annat än laktosintolerans. Om misstanke finns att barnet reagerar på mjölk är det viktigt att söka vård för att få rätt diagnos och inte på egen hand börja med laktosreducerad kost innan orsaken till besvären är utredda. Det man tror är laktosintolerans kan vara en mjölkproteinallergi eller annan medicinsk orsak till exempel en obehandlad glutenintolerans.

Hur mycket laktos klarar barnet/eleven att äta?

Laktosintolerans är inte en sjukdom, 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 jämnt fördelat under dagen. En viss nedbrytning av laktos verkar vara bra för tjocktarmen (Läkartidningen 31 januari 2012).

Glutenintolerans och mjölkproteinallergi

Om barnet/eleven har både glutenintolerans och mjölkproteinallergi vill vi veta om ni 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 det tillåts i barnets/elevens mat.

Sädeslagsallergi

En del sädeslagsallergiker klarar av att få i sig en liten mängd av sädeslagsproteinet. 2012 sänktes glutenmängden i glutenfria livsmedel till 20 ppm gluten. Klarar barnet/eleven denna mängd, fyll i det under "Övrigt".

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

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, till exempel sojalecitin (E322) eller sojabönshemicellulosa (E426). Fyll i den informationen under "Övrigt".

Förnyad blankett varje läsår

Blanketten ska förnyas varje läsår för att köket ska ha uppdaterade kunskaper om dina/ditt barns allergier/sjukdomar.