**Tiedote erityisruokavalioiden ilmoittamisesta päiväkoti- ja kouluruokailussa**

**Olemme ottaneet käyttöön uuden ’ilmoitus erityisruokavaliosta’ -lomakkeen, joka on tehty terveysneuvonnan ja ruokapalvelun yhteistyönä. Lomake noudattaa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen suosituksia ja Kansallisen allergiaohjelman ohjeita.** Varhaiskasvatuksen ja koulun ruokailu on lakisääteistä ja sen mukaisesti osa päivittäistä opetus-, ohjaus- ja kasvatustehtävää. Ruokailun tavoitteena on edistää hyvinvoinnin ja terveyden lisäksi ympäristö- ja tapakasvatusta.

Ohje koskee kaikkia varhaiskasvatuksessa ja kouluissa ruokailevia. Henkilökuntaruokailijat toimittavat lomakkeen ruokapalveluun ja lasten huoltajat terveydenhoitajalle.

Kun terveydelliset syyt edellyttävät erityisruokavalion noudattamista tulee sen perustua lääkärin tai terveydenhoitajan toteaman sairauden hoitoon. Lääkärintodistusta ei edellytetä laktoosittoman tai kasvisruokavalion saamiseksi. Lasten vegaaniruokavalio edellyttää ruokavalio-ohjausta.

**Ruoka-allergian vuoksi erityisruokavalio toteutetaan, jos ruoka-aineesta voi aiheutua vakavia oireita tai jos vältettävä ruoka-aine on ravitsemuksellisesti keskeinen.** Lieviä oireita aiheuttava ruoka-allergia ei ole edellytys erityisruokavaliolle vaan oireita (esim. suun kutina, lievä iho-oire) aiheuttavia ruoka-aineita käytetään oireiden sallimissa määrin. Lieviä oireita aiheuttavan ruoka-aineen voi syödessä siirtää lautasen sivuun tai syödä ko. ruoka-ainetta itselle sopivan määrän. ’Muuta huomioitavaa’ –kohdassa voi ilmoittaa ruoka-aineet, joita ruokailija sietää pieniä määriä ruuan joukossa.

**Huoltaja täyttää ’ilmoitus erityisruokavaliosta’ -lomakkeen** **ja toimittaa sen neuvolan / koulun terveydenhoitajalle.** Huoltajan vastuulla on ilmoittaa ruokavaliossa tapahtuvat **muutokset** lapsen päiväkotiin / luokanopettajalle, josta tieto siirtyy ruokapalveluun.

Useat ruoka-aineyliherkkyydet häviävät kouluikään mennessä. Oireita aiheuttaneita ruoka-aineita suositellaankin kokeilemaan kotona 6 kk välein ja oireiden vähentyessä ne palautetaan ruokavalioon mahdollisimman nopeasti. Vakavia oireita saavat lapset testataan aina valvotusti perheen saamien erillisten ohjeiden mukaisesti.

Huoltaja täyttää lomakkeen myös lapsen tarvitsemasta uskonnollisiin / eettisiin syihin perustuvasta ruokavaliosta.

Mikäli erityisruokavaliolle ei ole tarvetta poissaolon vuoksi (sairastuminen, loma tms.) ilmoitetaan siitä päiväkodille / koulun ruokapalveluhenkilöstölle. *Jos erityisruokavalio on jäänyt viisi kertaa ottamatta eikä poissaolosta ole ilmoitettu, keittiö tiedottaa siitä kouluterveydenhoitajalle. Terveydenhoitaja tarkistaa erityisruokavalion tarpeellisuuden ja tarvittaessa poistaa rajoitteen.*

***Terveyttä ja iloa ruuasta yhdessä ruokaillen!***

Ravitsemustyöryhmä, terveysneuvonta

Keski-Suomen Seututerveyskeskus