

Erityisruokavalioista ilmoittaminen

Koulun oppilaalle sekä henkilöstölle tarjotaan tarvittaessa sairauden hoidon tai uskonnon vaatima erityisruokavalio. Kouluissa tarjotaan perusruoan lisäksi joka päivä toisena vaihtoehtona kasvisruokaa. Mikäli kasvisruoka soveltuu erityisruokavaliota noudattavalle, on se ensisijainen vaihtoehto päivän ruuaksi.

Koulun varsinaisesta ruokalistasta poikkeavaa ruokaa voidaan tarjota joko terveydellisistä tai eettisistä/katsomuksellisista syistä. Myös näiden ruokavalioiden tulee täyttää kouluruokailusta annetut säädökset, joiden mukaan aterioiden tulee olla täysipainoisia ja suosituksia noudattavia.

Eettisistä tai katsomuksellisista syistä tarvittavat erityisruokavaliot toteutetaan huoltajien tai nuoren oman ilmoituksen perusteella.

Asiantuntijan eli lääkärin, ravitsemusterapeutin tai terveydenhoitajan antama lausunto on välttämätön silloin, kun tarvitaan erityinen ruokavalio sairauden hoitoon tai muun terveydellisen syyn takia.

Väärinkäsitysten välttämiseksi ilmoitus erityisruokavaliosta ja sopivan ruokavalion kuvaus tehdään kirjallisesti, tarkoitukseen laaditulla lomakkeella.

Erityisruokavalio osana sairauden hoitoa

Valtakunnallisen allergiaohjelman mukaisesti ruokavaliosta jätetään pois vain ne ruoka-aineet, joiden on todettu aiheuttavan henkilölle siinä määrin haittaa, että pois jättäminen ruoasta on perusteltua. Lievää oireilua aiheuttavia ruoka-aineita ei tarvitse välttää.

Lievänä oireiluna pidetään:

- suun kutinaa tai kirvelyä
- turvotuksen tunnetta ilman hengitysvaikeuksia
- ihon punoitusta

Ruoka-allergioiden osalta todistus on voimassa lukukauden. Ruoka-allergiat usein häviävät lapsen kasvaessa, joten on tärkeää seurata erityisruokavalion tarvetta. Pysyvää ruokavaliohoitoa edellyttävistä sairauksista kuten diabetes ja keliakia, tarvitaan vain kertaluontoinen ilmoitus.

Ilmoitus erityisruokavaliosta toimitetaan terveydenhoitajalle, ruokapalveluun ja opettajalle.

Lapsen oman opettajan ja muiden aikuisten on tärkeä olla tietoisia lapsen/oppilaan ruoka-aineallergiasta etenkin silloin, kun allergeenille altistuminen aiheuttaa välittömiä oireita tai ensiavun tarvetta.

Erityisruokavalioiden on hyvä olla koulun ruokapalvelun tiedossa jo ennen koulun aloittamista.

Lisätietoja: ruokapalvelupäällikkö Tuija Pulkkinen, p. 040-8378678