

Riktlinjer för avvikande kost

Vissa elever kan p.g.a. olika orsaker behöva äta annan kost än den som normalt serveras i skolan.

Avvikande kost serveras p.g.a:

- Medicinska skäl
- Religionsskäl
- Vegetarism

Ansökan

- Ansökan görs på en särskild blankett som finns hos skolsköterskan.
- I ansökan om avvikande kost p.g.a. hälsoskäl kan skolsköterskan begära in ett intyg från behandlande läkare/dietist.
- Angående laktosfri kost och diabeteskost, nästa sida.
- Ifylld ansökan lämnas till skolsköterskan som vidarebefordrar ansökan till skolrestaurangen och till hemkunskapsläraren.
- Ansökan gäller per läsår och måste förnyas till varje nytt läsår eller vid ändringar under läsåret. Vid religionsskäl samt för elever med diabetes och glutenintolerans behöver ansökan inte förnyas årligen.
- Avvikande kost p.g.a. övervikt beviljas vanligtvis inte, då skolmåltiden följer gällande rekommendationer för barn och ungdomar. Elever med övervikt bör i första hand vända sig till skolsköterskan för råd och information om lämpliga kostvanor.

Sjukdom/frånvaro

- Vid sjukdom eller annan frånvaro meddela skolrestaurangen snarast. Detta för att mat inte skall behöva kastas i onödan.
- Så snart eleven återvänder till skolan skall vårdnadshavare meddela skolrestaurangen detta. Annars är det risk för att det inte finns mat till eleven.

Om eleven missköter sin avvikande kost tas kontakt med vederbörande elev och ev. vårdnadshavare.

Vårdnadshavare ansvarar för att information angående avvikande kost ges till klassföreståndare/mentor/pedagog.

Telefonnummer och e-mailadress till skolrestaurangen

Ang. laktosintolerans

De flesta barn med laktosintolerans kan äta vanlig mjölk innehållande skolmat om de undviker vanlig mjölk som dryck.

Till lunch serveras alltid laktosfri lättmjölk som alternativ i våra skolrestauranger. Dessutom serveras det ett laktosfritt alternativ av kalla såser/dressingar de dagar det står kall sås/dressing på matsedeln. Till de elever som äter frukost och/eller mellanmål på Fritids finns det alltid laktosfri mjölk och laktosfri fil/yoghurt som alternativ.

År F-3: om ditt barn kan äta den vanliga maten men behöver laktosfri mjölk, fil/yoghurt och kalla såser, ska ansökan om avvikande kost göras.

År 4-9: om ditt barn kan äta den vanliga maten men behöver laktosfri mjölk, fil/yoghurt och kalla såser behövs ingen ansökan. Laktosfria alternativ finns.

År F-9: om ditt barn inte kan äta den vanliga mjölk innehållande skolmaten, ska en ansökan om avvikande kost göras. Kosten blir då helt mjölkproteinfri.

Diabetes

Idag rekommenderar man diabetiker att äta den kosten som vi alla bör äta och i skolan serveras våra diabetiker normalkost.

Vi förstärker sopporna med potatis eller pasta till diabetikerna.

När risgrynsgröt står på menyn serveras annan lunch till diabetikerna.