

ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOSTA (toisen asteen opiskelijoiden ja henkilökunnan käyttöön)

Perusruokavalio on laktoositonta eli laktoositonta ruokavaliota ei tarvitse ilmoittaa.

Täytetty lomake palautetaan keittiön henkilökunnalle. Erityisruokavalioiden tarve tarkistetaan vuosittain lukuvuoden alkaessa. Muutokset ruokavalioiden tulee ilmoittaa kirjallisesti keittiöön.

Ruokailijan perustiedot:

Koko nimi

Päiväkoti/koulu/oppilaitos

Puhelin

Sähköposti

Huoltaja (tieto tarvitaan alle 18-vuotiaalla opiskelijalla)

Erityisruokavalio terveydellisistä syistä

keliakia (Gluteenittomassa ruokavaliossa käytetään gluteenitonta kauraa ja gluteenitonta vehnätärkkelystä. Jos em. ainesosia ei voida käyttää, ilmoitetaan se rastittamalla alla olevista vaihtoehdoista.)

ei siedä gluteenitonta kauraa

ei siedä gluteenitonta vehnätärkkelystä

Muu terveydellinen erityisruokavalio

Vältettävät ruoka-aineet:

(välttämistarkkuus kirjataan kielletyn ruoka-aineen perään esim. ”tomaatti, tuoreena”. Jokainen ruoka-aine tulee kirjata erikseen, ei ryhmänä esim. palkokasvit tai sitrushedelmät.)

Kirjaa tähän mahdolliset anafylaksian aiheuttavat ruoka-aineet

HUOM! Hyvin yksilöllisissä erityisruokavalioiden voidaan vaatia terveydenhuollon todistus.

Vakaumukselliset erityisruokavaliot

Valitse alla olevista vaihtoehdoista

kasvis + maito + muna (kasvisruokavalio, jossa käytetään maitovalmisteita ja kananmunaa)

kasvis + maito + muna + kala (kasvisruokavalio, jossa käytetään maitovalmisteita, kananmunaa, kalaa ja äyriäisiä)

kasvis + maito + muna + kana (kasvisruokavalio, jossa käytetään maitovalmisteita, kananmunaa, ja siipikarjan lihaa)

Ei punaista lihaa (ruokavalio, joka ei sisällä punaista lihaa esim. nauta, sika, lammas, riista, sisäelimet)

vegaani (kasvisruokavalio, jossa käytetään vain kasvikunnan tuotteita)

sianlihaton (ruokavalio, joka ei sisällä sianlihaa tai sianlihasta peräisin olevia ainesosia esim. liivatetta ja verta)

Ruokapalvelu ei tarjoa veriruokia, joissa on käytetty veren ainesosia sisältäviä raaka-aineita

Muuta huomioitavaa

Päiväys ja allekirjoitus

(alle 18-vuotiaalla opiskelijalla huoltaja allekirjoittaa lomakkeen)

nimenselvennys

(mikäli lomake tulostetaan ja lähetetään postissa, se tulee allekirjoittaa myös käsin)