

Information till dig som vårdnadshavare vid behov av specialkost och anpassad måltid

Göteborgs grundskoleförvaltning följer Kost och närings "Nationella rekommendationer för specialkost och anpassad måltid i förskola och skola" samt Livsmedelsverkets "Nationella riktlinjer för måltider i skolan".

Ansökningsblanketten

När en elev behöver specialkost eller anpassad måltid är det viktigt att du som vårdnadshavare fyller i ansökningsblanketten korrekt. Vid delad vårdnad ska båda vårdnadshavare skriva under ansökningsblanketten. Du som vårdnadshavare ska lämna in ansökningsblanketten tillsammans med eventuellt läkarintyg till klassföreståndare senast två veckor efter höstterminsstart. Detta ska göras varje nytt läsår och vid förändringar i elevens kost.

Elever som önskar vegetarisk kost eller kost utan fläsk erbjuds den ordinarie matsedelns vegetariska alternativ och behöver inte fylla i ansökningsblanketten. De elever som önskar vegetarisk kost eller kost utan fläsk och samtidigt behöver specialkost eller anpassad måltid ska fylla i detta på ansökningsblanketten så att skolan kan laga mat efter elevens önskemål.

När kan du som vårdnadshavare ansöka om specialkost?

- Vid allergi - då kroppens immunförsvar reagerar på ett protein i ett visst livsmedel. Kan ge milda till allvarliga reaktioner. Ett fåtal personer reagerar på allergener i luften eller vid kontakt mot huden. Exempel på allergier är soja, ägg, komjölkprotein eller fisk.
- Vid korsallergi – när en person är allergisk mot till exempel björkpollen eller gräspollen kan kroppen reagera mot liknande protein i till exempel stenfrukt, äpplen, hasselnötter med mera. Reaktionerna är oftast inte allvarliga med klåda i mun och svalg. Ofta tål personen livsmedlet upphettat. Det finns de som kan reagera med allvarliga reaktioner, även om det inte är vanligt.
- Vid laktosintolerans – kroppen har en nedsatt förmåga att byta ner laktos på grund av en brist på enzymet laktas. Ger inga allvarliga reaktioner men ger obehag, magont, diarré och gasbildning.
- Vid celiaki / glutenintolerans - autoimmun sjukdom där tunntarmen skadas när man får i sig gluten, även i små mängder. Kräver en strikt glutenfri kost.
- Vid övriga överkänslighetsreaktioner – vissa personer kan reagera med milda symptom som att bli röda runt munnen när de äter till exempel olika frukter, grönsaker eller bär.
- Det finns även andra mer ovanliga skäl till specialkost så som intoleranser, medfödda metabola sjukdomar eller andra sjukdomar. Du kan fylla i detta under "Annat" och skolan kommer sedan att kontakta dig vid behov.

Används livsmedel med märkningen "kan innehålla spår av...."?

Göteborgs grundskoleförvaltning använder aldrig produkter som kan innehålla spår av nötter, mandel, jordnöt eller sesam. Vid tillagning av specialkost utesluts alla livsmedel som kan innehålla spår av det eleven är allergisk mot. Till den ordinarie kosten kan livsmedlen användas som innehåller spår av allergener förutom nötter, mandel, jordnöt eller sesam.

När kan du som vårdnadshavare ansöka om anpassad måltid?

- Vid valet att äta vegankost – en helt växtbaserad kost.
- Vid konsistensanpassning – ordinarie kost med anpassad konsistens på grund av tugg- och sväljsvårigheter.
- Vid energiberikad kost – ordinarie kost berikad med extra energi, ofta i form av extra fett.
- Vid energilåg kost – till exempel vid övervikt, fetma eller metabol sjukdom. Kräver individuella råd av hälso- och sjukvården.
- Vid anpassade maträtter på grund av diabetes - vissa maträtter kan vara svårt för diabetiker som till exempel pannkakor, risgrynsgröt, potatismos och soppa. Viktigt med individuell anpassning.
- Vid anpassning av maträtter och/eller måltidsmiljö vid selektivt ätande.
- Vid anpassning av maträtter och/eller måltidsmiljö vid NPF (neuropsykiatriska funktionsnedsättningar).

Vad erbjuder vi för anpassade måltider?

Vegankost erbjuds till den elev som önskar det.

Dialogmöte

Vid behov av diabetesanpassad kost, energilåg kost, energiberikad kost, konsistensanpassad kost eller vid selektivt ätande och/eller NPF krävs ett dialogmöte. Rektor eller den rektor delegerar till kallar till mötet och bjuder in eleven, vårdnadshavare, representanter från skola, elevhälsa samt måltidsverksamheten på skolan.

Vid behov av endast diabetesanpassad kost, energilåg kost, energiberikad kost eller konsistensanpassad kost utgår man ifrån läkarintyg med individuella råd på mötet.

Vid behov av att anpassa måltidsmiljön och vilka maträtter som serveras vid till exempel selektivt ätande eller NPF ser man över vad eleven behöver för anpassningar och stöd i måltidssituationen.

När krävs läkarintyg?

Läkarintyg måste lämnas in tillsammans med ansökan om specialkost vid:

- Risk för anafylaktisk chock
- När eleven har akutmedicin till exempel adrenalinpenna
- Multi-allergi (3 eller fler allergier)
- Luftburen allergi
- Kontaktallergi
- Funktionsnedsättande allergi som är allergi som inte är livshotande men som leder till sänkt livskvalitet, prestationsförmåga och närvaro (till exempel astma, magsmärtor, diarré, illamående, nässelutslag, klåda, eksem, huvudvärk, andningssvårigheter)
- Celiaki/glutenintolerans
- Behov av diabetesanpassad kost
- Behov av konsistensanpassning vid tugg- och sväljsvårigheter
- Behov av energiberikad kost
- Behov av energilåg kost

Rektor eller den rektor delegerar till kan i samråd med måltidsverksamheten på skolan begära in läkarintyg från vårdnadshavaren vid oklarheter.

Varför krävs ett läkarintyg?

För att se att eleven har en utredd allergi eller diagnos och behandlas på bästa sätt. Av praktiska skäl kan utdrag ur journal skrivna av läkare eller dietist likställas med läkarintyg.

Hur lämnas läkarintyget?

Du som vårdnadshavare lämnar in läkarintyget tillsammans med ”Ansökan specialkost och anpassad måltid” inför varje nytt läsår. Det kan vara en kopia på ett tidigare läkarintyg eller ett nytt.

Hur länge gäller ett läkarintyg?

Läkarintyget gäller enligt den tid som står på intyget. Står det inte hur länge det gäller behöver det förnyas vartannat år.

Testperiod

Om en elev behöver testa att införa eller ta bort ett livsmedel på grund av allergi eller överkänslighet kan detta göras under en tidsperiod.

Eleven ska testa att ta bort ett livsmedel

- Vid misstanke om sjukdom är det viktigt att detta undersökts av läkare.
- Du som vårdnadshavare lämnar in ”Ansökan om specialkost och anpassad måltid” och anger hur länge testperioden ska pågå.
- När testperioden är slut ska du lämna in en ny uppdaterad ansökningsblankett tillsammans med eventuellt läkarintyg.
- Specialkosten avslutas om du inte lämnar in en ny ansökningsblankett när testperioden är slut.

Eleven ska testa att införa ett livsmedel som den tidigare varit allergisk mot

- Det är viktigt att detta görs i samråd med en läkare.
- Det är önskvärt att eleven först testar detta i hemmet. Fungerar det bra i hemmet kan eleven sedan ha en testperiod även i skolan.
- Du som vårdnadshavare lämnar in en ny ansökningsblankett där du anger hur länge testperioden ska pågå. När testperioden är slut ska en uppdaterad ansökningsblankett lämnas in.

Frånvaro vid specialkost och anpassad måltid

Du som vårdnadshavare måste alltid meddela elevens frånvaro så att det når måltidsverksamheten på skolan. Både tid, livsmedel och pengar läggs annars på tillagning av en specialkost eller anpassad måltid som inte hämtas ut. Frånvaron meddelas enligt skolans rutiner. Det är viktigt att du meddelar när eleven är tillbaka i skolan igen.

Har eleven inte hämtat ut specialkosten eller den anpassade måltiden under 14 dagar utan att meddela måltidsverksamheten på skolan kommer specialkosten eller den anpassade måltiden att avslutas. Finns ett behov av specialkost eller anpassad måltid måste en ny ansökningsblankett lämnas in av dig som vårdnadshavare.

Kontakta din grundskola

Har du synpunkter eller frågor kring specialkost eller anpassad måltid så kan du kontakta din grundskola.