

- LÄÄKÄRINTODISTUS LIITTEENÄ  
 TERVEYDENHOITAJANTODISTUS LIITTEENÄ

<b>RUOKAILIJAN PERUSTIEDOT</b>	Nimi		Syntymäaika	
	Koulu/päiväkoti		Luokka/ryhmä	
	Luokanopettaja/luokanvalvoja/päiväkodin johtaja			
	Huoltaja		Puhelinnumero	
<b>ERITYISRUOKAVALIO</b>	<input type="checkbox"/> Diabetes (diabeetikot tuovat oman ateriasuunnitelmansa)			
	<input type="checkbox"/> Keliakia	<input type="checkbox"/> siedän gluteenitonta kauraa	<input type="checkbox"/> en siedä gluteenitonta kauraa	
		<input type="checkbox"/> siedän puhdasta vehnätärkkelystä	<input type="checkbox"/> en siedä puhdasta vehnätärkkelystä	
	<input type="checkbox"/> Laktoosi-intoleranssi	<input type="checkbox"/> siedän vähälaktoosisia tuotteita	<input type="checkbox"/> en siedä vähälaktoosisia tuotteita	
	<input type="checkbox"/> Maitoallergia			
	<input type="checkbox"/> Muna-allergia	<input type="checkbox"/> Siedän ruuassa	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	<input type="checkbox"/> Kala-allergia <input type="checkbox"/> Äyriäiset-allergia			
	Vilja-allergia			
<input type="checkbox"/> vehnä	<input type="checkbox"/> ruis	<input type="checkbox"/> maissi	<input type="checkbox"/> tattari	
<input type="checkbox"/> ohra	<input type="checkbox"/> kaura	<input type="checkbox"/> hirssi	<input type="checkbox"/> riisi	
<input type="checkbox"/> Muu, mikä:				
<b>RAAKA-AINE- TAI MAUSTEALLERGIAT</b> Rastita vältettävät ruoka-aineet	<b>Kasvikset</b>			
	Tomaatti	<input type="checkbox"/> Raakana	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
Paprika	<input type="checkbox"/> Raakana	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Porkkana	<input type="checkbox"/> Raakana	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Lanttu	<input type="checkbox"/> Raakana	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Herne / papu		<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Soija		<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Palsternakka		<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Selleri		<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
Muu, mikä:	<input type="checkbox"/> Raakana	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan		
	<b>Hedelmät</b>		<b>Mausteet</b>	
	Sitruhedelmät	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Ananas	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Banaani	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Kivi	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Kirsikka	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Luumu	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Mansikka	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Omena	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Persikka	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Päärynä	<input type="checkbox"/> Tuoreena	<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Manteli		<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Pähkinä		<input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
			<input type="checkbox"/> Curry	
			<input type="checkbox"/> Korianteri	
			<input type="checkbox"/> Muskottipähkinä/-kukka	
			<input type="checkbox"/> Persilja	
			<input type="checkbox"/> Inkivääri	
			<input type="checkbox"/> Kaneli	
			<input type="checkbox"/> Chili	
			<b>Pippurit:</b>	
			<input type="checkbox"/> Valkopippuri	
			<input type="checkbox"/> Mustapippuri	
			<input type="checkbox"/> Maustepippuri	
			<input type="checkbox"/> Viherpippuri	

- LÄÄKÄRINTODISTUS LIITTEENÄ
- TERVEYDENHOITAJANTODISTUS LIITTEENÄ

<b>RAAKA-AINE- TAI MAUSTEALLERGIAT</b> Rastita vältettävät ruoka-aineet	Kaakao <input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	<input type="checkbox"/> Roseepippuri
	Suklaa <input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	<input type="checkbox"/> Muu mauste, mikä:
	Hunaja <input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	
	Muu hedelmä, mikä: <input type="checkbox"/> Tuoreena <input type="checkbox"/> Ei ollenkaan	

<b>MUUT SYYT</b>	<input type="checkbox"/> Kasvisruokavalio (Lakto-ovovegetaarinen)
	Lisäksi syön <input type="checkbox"/> kalaa <input type="checkbox"/> kanaa <input type="checkbox"/> vegaani
	<b>Uskonto</b> <input type="checkbox"/> ei sianlihaa <input type="checkbox"/> ei veriruokia
<b>VAIKEA ERITYISRUOKAVALIO</b>	<b>Sallitut raaka-aineet:</b>
	Jos sinulla on vaikea ruoka-allergia, kirjaa sopivat ruoka-aineet tarkasti. <b>Jos saat hengenvaarallisen allergisen reaktion (anafylaktisen shokin) jostain raaka-aineesta, ilmoita se vielä erikseen tässä:</b>
<b>MUUTOKSET RUOKAVALIOSSA</b>	
<b>SEURANTA</b>	Sairauden/yliherkkyyden toteamisaika ja toteaja:
	Muuta huomioitavaa:
<b>ALLEKIRJOITUS</b>	
	Päiväys <input type="text"/> Huoltajan allekirjoitus <input type="text"/>

- LÄÄKÄRINTODISTUS LIITTEENÄ
- TERVEYDENHOITAJANTODISTUS LIITTEENÄ

**Saate**

Hyvä lapsen huoltaja,

Oheinen ilmoitus lapsenne erityisruokavaliosta tulee toimittaa päiväkodin/koulun keittiöön ravintolapäällikölle. Huolellisesti täytetystä lomakkeesta, saamme oikean tiedon lapsellesi soveltumattomista/soveltuvista ruoka-aineista. Jos lapsellasi on vaikea ruoka-allergia, toimita lisäksi selkeä lista hänelle sallituista ruoka-aineista.

Erityisruokavalion mukaista ruokaa tarjotaan, mikäli siihen on lääketieteelliset tai eettiset syyt (esim. uskonto) Lääkärintodistusta tai terveydenhoitajan todistusta edellytetään erityisruokavalioidissa (ei eettisissä ruokavalioidissa).

Allergiaruokavalioidista useimmat helpottuvat iän myötä. Mikäli lapsesi ruokavaliota voidaan myöhemmin laajentaa tai siihen tulee muutoksia, ilmoita siitä keittiöön ravintolapäällikölle sekä:

- Koululaiset: kouluterveydenhoitajalle
- Päiväkotilapset: päiväkodin johtajalle

Tarvittaessa lapsesi ruokavalion toteutuksesta neuvotellaan yhdessä keittiön vastaavan ja terveydenhoitajan sekä ravitsemussuunnittelijan kanssa. Tavoitteena on, että ruokavalio on monipuolinen ja periaatteiltaan yhtenevä kotiruokailun kanssa.

**KASVISRUOKAILU:** Kasvisruokailijoille **tarjotaan lakto-ovovegetaarista ruokaa**. Kasvikunnan tuotteiden (vilja, peruna, kasvikset, sienet, hedelmät, marjat) lisäksi ruoka sisältää kananmunaa ja maitovalmisteita.

**Kasvisruoan valmistuksessa ei käytetä lihaa, lihavalmisteita tai makkaraa.** Liivatetta, eläinrasvaa (esim. margariineissa) ja eläinrasvasta valmistettuja lisäaineita voi ruuissa olla.

**Ilmoita aina keittiöön lapsesi poissaolosta, koska ruoka-annos valmistetaan erikseen. KIITOS!**

Sinua ja lastasi palvelevat:

**Sodexo Oy/**

**Yhteyshenkilö:  
Ravintolapäällikkö**

Leena Tompuri-Kareinen

**Puhelinnumero:**

050 569 9908