

Ansökan om MER-kost

Skriv ut och lämna anmälan om specialkost till köksansvarig på förskolan/skolan inför varje nytt läsår.

Person- och kontaktuppgifter

Namn	Födelsedatum
Förskola/skola	Avdelning/klass
Vårdnadshavare 1	Vårdnadshavare 2
E-post	E-post
Telefon dagtid	Telefon dagtid

Specialkost av medicinska skäl, markera din allergi/allergier

Behovet av specialkost av medicinska skäl ska styrkas med ett intyg eller journalkopia från sjukvården

<input type="checkbox"/> Laktosreducerad kost och laktosfri mjölk	<input type="checkbox"/> Selleri
<input type="checkbox"/> Mjölprotein	<input type="checkbox"/> Citrusfrukter
<input type="checkbox"/> Gluten	<input type="checkbox"/> Tomat (tillagad)
<input type="checkbox"/> Vete	<input type="checkbox"/> Morot (tillagad)
<input type="checkbox"/> Spannmål (vete, havre, råg, korn)	<input type="checkbox"/> Paprika (tillagad)
<input type="checkbox"/> Nötter/mandel	<input type="checkbox"/> Äpple
<input type="checkbox"/> Baljväxter/lupin	<input type="checkbox"/> Kräft/skaldjur
<input type="checkbox"/> Sojaböner	<input type="checkbox"/> <i>Annat:</i>
<input type="checkbox"/> Ägg	

Specialkost av religiösa och kulturella skäl

<input type="checkbox"/> Vegetariskt
<input type="checkbox"/> Utan gris/fläsk
<i>Vi lagar lakto-ovo-vegetarisk mat vilket innebär att både mjölkprodukter och ägg kan finnas i maten.</i>

Underskrift

Underskrift	
Namnförtydligande	Datum

Ansökan om MER-kost

Skriv ut och lämna anmälan om specialkost till köksansvarig på förskolan/skolan inför varje nytt läsår.

Information

Matproduktion i Ekerö kommuns förskolor och skolor erbjuder specialkost utifrån medicinska, fysiska och psykiska funktionshinder samt i möjligaste mån religiösa och kulturella skäl.

Att laga specialkost kräver noggrannhet och koncentration i köket varför vi behöver använda tiden till de som bäst behöver den. Ansök om specialkost när nedan angivna skäl föreligger.

Med medicinska skäl avses allergier och födoämnesintoleranser. Vid psykiska eller fysiska funktionsnedsättningar ber vi er att samråda med skolan eller förskolan och oss i köket så att vi tillsammans kan arbeta för en bra lösning.

Gällande laktosintolerans: Laktosintolerans är mycket ovanligt hos små barn. Hos personer med ärftlighet för laktosintolerans minskar produktionen av enzymet laktas oftast under skol- eller ungdomsåren. Laktasbrist kan även uppträda tillfälligt i samband med en skada i tarmslemhinnan som vid obehandlad celiaki eller vid tarminfektioner. Misstänker du laktosintolerans, uppsök alltid läkare så att allvarligare tillstånd inte missas.

De flesta med laktosintolerans tål en viss mängd laktos. Hur mycket man tål varierar, men de flesta kan dricka åtminstone en deciliter mjölk dagligen utan symptom (se Livsmedelsverkets hemsida). Vi erbjuder laktosreducerad kost som innehåller max 2g laktos per portion för personer med laktosintolerans. De flesta med laktosintolerans tål denna mängd. För ovanligt känslig laktosintolerans då laktosreducerad kost ger symptom, vänligen kontakta kökspersonalen.

Behovet av specialkost av medicinska skäl ska styrkas med ett intyg eller journalkopia från sjukvården. Ett nytt intyg krävs vid start i förskoleklass samt i början av årskurs 2, 4, 6 och 8. Undantag för celiaki samt barn/elever som äter laktosreducerad kost med laktosfri mjölk.

Av religiösa eller kulturella skäl kan man få kost som inte innehåller griskött eller kost som inte innehåller någon typ av kött. För den som inte äter kött eller endast äter visst slags kött erbjuds dagens vegetariska alternativ.

Skriv ut och lämna anmälan om specialkost till köksansvarig och skolpersonal på förskolan/skolan inför varje nytt läsår.