



Eskilstuna
kommun

foto

Intyg om Specialkost

Om eleven är i behov av specialkost, är det viktigt att skolan känner till detta.
Fyll i intyget och lämna det till måltidspersonalen alternativt klassföreståndaren.

Namn	Person nr
Skola	Klass
Vårdnadshavare 1	Tele nr
Vårdnadshavare 2	Tele nr

Eleven är allergisk/överkänslig mot:

<input type="checkbox"/> Gluten (celiaki)	<input type="checkbox"/> Mjolkprotein
<input type="checkbox"/> Laktos	<input type="checkbox"/> Fisk
Mitt barn tål mjölk i mindre mängder i tillagad mat, exempelvis i såser och grytor	<input type="checkbox"/> Ägg
<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nej	<input type="checkbox"/> Baljväxter (ärter, bönor, linser, kikärter)
<input type="checkbox"/> Nötter, mandel	<input type="checkbox"/> Sojaprotein
<input type="checkbox"/> Jordnötter	
<input type="checkbox"/> Annan _____	

Vilka allergiska reaktioner får eleven och hur snabbt?

Vad ska man göra när eleven får en allergisk reaktion?

Är eleven i behov av medicin vid reaktion?

Nej Ja, medicin och instruktioner finns hos _____

Annan kost:

<input type="checkbox"/> Kost fri från gris	<input type="checkbox"/> Lakto-ovo-vegetarian
<input type="checkbox"/> Diabetes	<input type="checkbox"/> Annan _____

Underskrift

Datum	Vårdnadshavarens underskrift
-------	------------------------------

För elevens säkerhet kommer dessa uppgifter att finnas allmänt tillgängliga för måltidspersonalen.
Glöm inte meddela köket vid förändrade behov eller vid frånvaro.
Sms:a eller ring Ärlagården på 076-092 72 57/016-70555

Vid flera allergier som första sidan inte täcker in, skriv här:

Detta kan eleven äta	Detta kan eleven INTE äta

Övriga upplysningar:

Vilka allergiska reaktioner får eleven och hur snabbt?

Vad ska man göra när eleven får en allergisk reaktion?

Är eleven i behov av medicin vid reaktion?

Nej

Ja, medicin och instruktioner finns hos _____

**Kontakta _____ tele nr: _____
vid en allergisk reaktion.**

Vi strävar efter att skapa en trygg och säker mathantering för elever med allergier eller annan födoämnesöverkänslighet. Vi vill att kommunikationen mellan hemmet och skolan ska fungera bra. Hör gärna av er till måltidspersonalen om ni har frågor eller funderingar angående kosten.

Vad är skillnaden mellan mjölkallergi och laktosintolerans?

Mjökallergi

Mjökallergi beror på en reaktion mot proteiner i mjölken. Allergin är vanlig hos små barn men växer ofta bort. Man räknar med att 0,5 till 2,5 procent av barnen (beroende på ålder) och 0,1 till 0,2 procent av den vuxna befolkningen är allergiska mot mjökproteiner.

Vid mjökallergi måste alla former av mjök- och mjökprodukter uteslutas helt ur kosten. Detta gäller komjök liksom får- och getmjök och produkter av dessa.

Laktosintolerans

Laktosintolerans beror på brist på enzymet laktas som behövs för att bryta ned laktos (mjöksocker) i tunntarmen.

Laktosintolerans är mycket ovanligt hos små barn. De flesta med laktosintolerans tål en viss mängd laktos. Hur mycket laktos man tål varierar, men de flesta kan dricka åtminstone en deciliter mjök utan symtom.

Laktos finns i all mjök, inte bara i komjök utan också i get- och fårmjök. Hög halt av laktos finns i mesost, messmör, mjökchoklad och viss nougat. Hårdost är däremot fri från laktos.

Hos personer med ärftlighet för laktosintolerans minskar produktionen av enzymet laktas vanligtvis under skol- eller ungdomsåren.

Andelen laktosintoleranta varierar mellan olika befolkningsgrupper. I Sverige räknar man med att 4-10 procent av den vuxna befolkningen är laktosintolerant. I Finland är uppskattningsvis 15-20 procent av de vuxna laktosintoleranta. I medelhavsområdet är laktosintolerans betydligt vanligare och ungefär 30-60 procent av den vuxna befolkningen är laktosintolerant. I stora delar av Asien, Sydamerika och Afrika är alla vuxna laktosintoleranta.

Källa: www.slv.se