

## ERITYISRUOKAVALIOIDEN JA RUOKARAJOITUSTEN TOTEUTUS KOULUISSA

Kouluruokailun tavoitteena on ylläpitää ja edistää oppilaan terveyttä ja opiskelutehoa. Kouluruokailu on osa koulun oppilashuoltoa ja samalla osa koulun kasvatusta ja opetustyötä. Rauman kaupungin peruskouluissa oppilaalle tarjotaan allergian tai sairauden vaatima erityisruokavalio. Uskonnolliset ruokarajoitukset otetaan myös huomioon.

### 1. Ruoka-aineallergia

Valtakunnallisen allergiaohjelman mukaan ruokavaliosta jätetään pois vain ne ruoka-aineet, joiden on kokeiluun perustuen todettu aiheuttavan lapselle ja nuorelle siinä määrin haittaa, että niiden pitäminen poissa myös kouluruokailusta on perusteltua. Lievää oireilua (ohimenevä suun kutina tai kirvely ja ihon punoitus) aiheuttavia ruoka-aineita ei tarvitse välttää.

Ruoka-allergiat usein häviävät lapsen kasvaessa. Tavoitteena on, että kouluikään mennessä rajoitukset on asianmukaisesti purettu. Ruokaan liittyvät rajoitukset puretaan hoitavan lääkärin tai terveydenhoitajan ohjeiden mukaan.

### 2. Todistus erityisruokavalion tarpeesta

Erityisruokavaliot tilataan ruokapalvelusta Todistus erityisruokavalion tarpeesta – lomakkeella. Lomake löytyy Rauman kaupungin ruoka- ja puhtauspalvelun verkkosivulta. [Erityisruokavalio-ohjeistus](#). Täytetty lomake toimitetaan koulun keittiöön.

Jos erityisruokavaliota noudattava on poissa ruokailusta, tulee siitä ilmoittaa mahdollisimman pian toimipisteen keittiöön. Jos todistuksella tilattu erityisruokavalio jää syömättä yli 2 viikon ajan ilman ilmoitusta, sen valmistus lopetetaan.

#### **Huoltajan allekirjoittama todistus riittää seuraaviin ruokavalioihin:**

- laktoositon
- diabetes
- uskonnolliset syihin liittyvät ruokavaliot
- lakto-ovovegetaarinen ruokavalio (sis. maito-muna-kasvis)

#### **Terveydenhoitajan tai lääkärin allekirjoittama todistus vaaditaan ruokavalioihin:**

- ruoka-aineallergiat
- keliakia (lääkärintodistus kerran, jatkossa todistus huoltajan allekirjoituksella)

#### **Ravitsemusterapeutin allekirjoittama todistus seuraaviin ruokavalioihin:**

- vegaaninen ruokavalio
  - 1. todistus ravitsemusterapeutilta, seuraavina lukuvuosina alaikäisille todistus huoltajan allekirjoituksella
- fodmap ruokavalio
  - 1. todistus ravitsemusterapeutilta, seuraavina lukuvuosina alaikäisille todistus huoltajan allekirjoituksella

### 3. Ruokavaliokokeilut

Lääkärin tai muun terveydenhuollon henkilöstön ohjeiden mukaan voidaan toteuttaa ruokavaliohoitokokeilua rajoitetun ajan (enintään 2 kk.) esim. ruoka-aineallergiaan liittyen.

### 4. Erityisruokavalioiden ja ruokarajoitusten todentaminen vuosittain

Todistus erityisruokavalion tarpeesta- lomake tulee uusia vuosittain, koska lomakkeeseen kirjataan erityisruokavalion lisäksi ateriapalvelun tuotannolle muitakin tärkeitä asioita, jotka saattavat vaihtua. Näitä ovat:

- koulu
- luokka
- iltapäiväkerho tai-ryhmä

Kun tuotantokeittiöllä on ajantasaiset tiedot siitä, mihin kouluun sekä mihin ryhmään tai luokkaan ja kenelle erityisruokavalio tulee lähettää, toiminta on sujuvaa ja turvallista. Päivitetty lomake takaa sen, että tilattu ruokavalio toimitetaan oikealle lapselle/nuorelle ja oikeaan paikkaan.

### 5. Jos ruoka-aineallergia poistuu

Kun kotona on altistettu hoitavan tahon ohjeiden mukaan uudelle ruoka-aineelle ja se voidaan ottaa käyttöön myös kouluruokailussa riittää, että huoltaja ilmoittaa asiasta soittamalla Nanun tuotantokeittiön dieettiimiin puh. 044 7935578.

### 6. Todistukset yksityisestä terveydenhuollosta

Jos erityisruokavalion tarve tai ruokarajoitus todetaan yksityisessä terveydenhuollossa tai muualla kuin kouluterveydenhuollossa tai neuvolassa, tulee erityisruokavaliolomake täyttää kyseisessä toimipisteessä lääkärin/hoitajan kanssa. **Lääkärintodistuksia ateriapalvelut ei saa ottaa vastaan.**

### 7. Ruokavalio-ohjeet

Epäselvissä tapauksissa huoltajaa voidaan pyytää tarkentamaan ohjetta sekä pyytää yksityiskohtaisia kirjallisia ohjeita ruokavalion toteutuksesta. Huoltajien, koulun ja ruokapalvelun ja tarvittaessa lastentautien poliklinikan edustajan yhteinen palaveri järjestetään tarpeen mukaan.

Luokanopettaja vastaa siitä, että erityisruokavaliota noudattava oppilaan huoltaja saa heti lukuvuoden alkaessa koululaisten huoltajille tarkoitetun toimintaohjeen.

### Ravitsemustyöryhmän puolesta:

- Rami Iltanen, vt. Palvelujohtaja
- Annamaija Leppimäki, Laillistettu Ravitsemusterapeutti