



RIKTLINJER FÖR SPECIALKOST OCH ANPASSADE MÅLTIDER



Kristinehamns
kommun

Foto: Pär Englund

INLEDNING

Skollagen föreskriver att alla elever ska erbjudas näringsriktiga måltider i grundskolan som följer Livsmedelsverkets rekommendationer. I Skolverkets allmänna råd för förskolan står även att förskolan ska servera varierade och näringsriktiga måltider jämnt fördelade över dagen. Idag förekommer många olika önskemål om särskilda dieter och kosten. Det finns olika skäl till behov av specialkost; medicinska, religiösa och etiska. Det är viktigt att de barn och elever som har behov av specialkost av medicinska skäl har fått en korrekt diagnos/bedömning av medicinsk personal för att få den hjälp och den kosthållning just de behöver. Detta dokument är Kristinehamns kommuns version av de Värmlands-gemensamma riktlinjerna, skapade för att få en likvärdighet och säkerhet i hanteringen av specialkost och anpassade måltider inom förskolan och skolan. Riktlinjen innefattar även anpassad grundskola och olika undervisningsformer. Denna riktlinje reviderades 2025 och gäller tills vidare.

ARBETSGRUPP

Riktlinjerna och rutinerna är bearbetade i Kristinehamns kommun av följande arbetsgrupp och förankrade hos berörda verksamheter.

Arbetsgrupp	Titel
Johanna Zimmermann	Projektledare och måltidsutvecklare
Maria Taheri Wiik	Avdelningschef, serviceavdelningen
Catrin Narvelid	Enhetschef, serviceavdelningen
Lotta Jansson	Verksamhetsutvecklare, elevhälsan
Rickard Kristoffersson	Planerare, skolförvaltningen
Christina Ernevik	Skolsköterska
Julia Esters	Skolpsykolog
Annelie Eriksson	Socialpedagog, förskola

ORDINARIE MÅLTIDSUTBUD

Kommunen erbjuder varierande och näringsriktiga måltider i förskola och skola i enlighet med Livsmedelsverkets nationella riktlinjer. I skolrestaurangen erbjuds alltid minst en lakto-ovo vegetarisk rätt varje dag som alla elever erbjuds att ta av.

Vid behov av låglaktoskost krävs inget läkarintyg. Laktosintolerans är mycket ovanligt hos yngre barn. Enzymet laktas som spjälkar laktos vid matsmältningen minskar först i tonåren i vissa befolkningsgrupper. Vid laktosintolerans tolereras en viss mängd laktos. De allra flesta tål ett intag av 12 gram laktos/dag, vilket motsvarar cirka 2,4 dl mjölk. Vid måltider med t.ex. pannkakor, lasagne och risgrynsgröt kan barnet efter anmälan till köket om laktosreducerad kost erbjudas ett låglaktosalternativ. Vid planering av måltider kan rekommendationen om max 3 gram laktos per portion, dryck ej inräknat, användas. Laktosfri mjölk erbjuds varje dag och måltiderna är planerade för att vara tillräckligt näringsrika utan mjölk som måltidsdryck.

Vid kosthållning där fläskkött och/eller blodprotein utesluts erbjuds lakto-ovo vegetarisk kost (kan innehålla mjölk och ägg) alternativt kost fri från fläskkött och/eller blodprotein. Halal och kosher erbjuds inte.

ANPASSADE MÅLTIDER

Vissa barn har behov av anpassad måltid för att de ska få tillräckligt med energi. För detta krävs en dialog mellan ansvarig mentor/pedagog, vårdnadshavare, elevhälsoteamet och kostverksamheten i skolan. För förskolan krävs dialog mellan vårdnadshavare, ansvarig mentor/pedagog och rektor (med stöd från specialpedagog och/eller BVC vid behov) samt kostverksamheten. Rutin för anpassad måltid i förskola, grundskola och anpassad grundskola ska följas. I rutinen framgår att anpassning av måltidsmiljön görs i första hand. Om detta inte är tillräckligt kan även menyn anpassas.

Rektor är ansvarig för att stöd och anpassningar genomförs så att undervisningen är tillgänglig för alla samt ansvarar för att dokumentera och följa upp.



Foto: Pär Englund

SPECIALKOST AV MEDICINSKA SKÄL

Vid ansökan av *specialkost av medicinska skäl* (till exempel allergi, celiaki/annan födoämnesöverkänslighet) ska läkarintyg från barn- och ungdomsmottagning eller legitimerad dietist bifogas. Om diagnosen är födoämnesallergi med akut eller allvarlig allergisk reaktion ska en egenvårdsplan från behandlande läkare finnas.

Till barn med allergi ska det allergena livsmedlet uteslutas, inklusive de livsmedel med ”spår av” märkning. Jordnötter, nötter, sesamfrö och mandel ska inte förekomma som ingrediens i måltiderna.

Det är inte motiverat att helt sluta servera ägg eller fisk i förskolan/skolrestaurangen till dem som inte har allergi. Det är dock tillåtet att använda livsmedel med ”spår av...”-märkningar till barn/elever som inte anmält allergi för livsmedlet.

ANSÖKAN OM SPECIALKOST

Vårdnadshavare gör en ansökan om specialkost via e-tjänst på kommunens hemsida, där finns även mer information om rutiner och riktlinjer för specialkost och anpassad måltid. En ny ansökan om specialkost skall fyllas i av vårdnadshavare och lämnas in i början av höstterminen varje läsår. Aktuellt intyg lämnas årligen för barn i förskola och var tredje år för elever i skolan. Intyg för celiaki och nötallergi gäller för hela skolgången.

När barnet inte längre har behov av specialkost eller om barnet flyttar ska detta meddelas till köket.



Foto: Pär Englund



Foto: Pär Englund

ÖVRIG INFORMATION

Kost enligt ovan förutsätter att barnet följer samma diet i hemmet och att vårdnadshavare godkännt kosten genom att fyllt i den digitala ansökan via vår hemsida. Specialkost serveras inte då barn av något skäl inte tycker om den mat som serveras. Barnet får då komplettera sin måltid med salladsbuffé, bröd och mjölk.

Om en elev under en tvåveckorsperiod inte gjort anspråk på sin specialkost meddelas elevhälsans medicinska insatser som kontaktar vårdnadshavare för uppföljning av elevens behov och behov av fortsatt specialkost.

För stöd i övriga frågor gällande specialkost och anpassade måltider kan Kost & Närings nationella rekommendationer för hantering av specialkost och anpassade måltider i förskola och skola användas.



Foto: Pär Englund



Foto: Pär Englund