

## Information inför ansökan om specialkost

Denna information riktar sig till de som har behov av specialkost i förskola, grundskola och gymnasium.

Kommunen ska tillhandahålla näringsriktiga måltider till de barn/elever som av någon anledning inte kan äta den ordinarie måltiden. Utbudet grundar sig på skollagens krav på näringsriktiga måltider samt resurser inom måltidsverksamheten.

Idag förekommer det mycket trender när det gäller matvanor vilket gett ökade önskemål om olika dieter även inom förskola och skola. Det har påvisats i flera studier att barn med specialkost tycker det är jobbigt att särskiljas från sina kamrater och en restriktiv kosthållning riskerar dessutom att bli för ensidig. Det är därför av stor vikt att inte utesluta livsmedel i onödan. Vid planering av måltiden utgår vi alltid från något av alternativen på matsedeln. Tillbehör på ordinarie matsedel samt salladsbord är komplement även till specialkosten.

Specialkost kan erbjudas till barn/elever med livsmedelsallergier och intoleranser eller till barn/elever som på grund av andra skäl behöver anpassad kost tex. behovsanpassad kost.

## Specialkost av medicinska skäl

För att få specialkost av medicinska orsaker krävs ett intyg utfärdat av hälso- och sjukvården, läkare eller dietist, vid behovsanpassad kost krävs ett intygande från elevhälsoteamet, tillsammans med en ifylld ansökan "*ansökan om specialkost av medicinska skäl*" som finns på kommunens hemsida.

Medicinska skäl kan till exempel vara glutenintolerans, laktosintolerans eller allergier mot vissa livsmedel: komjölsprotein, ägg, fisk, soja, nötter, frukt, grönsaker, skaldjur och så vidare.

Ansökan om specialkost av medicinska skäl ska alltid förnyas inför läsårsstart och vid förändrade behov. Intyget från hälso- och sjukvården behöver inte förnyas varje läsårsstart utan enbart vid förändrad diagnos.

Kom ihåg att om barnet/eleven behöver medicin vid en allergisk reaktion, behöver ni även lämna in en "Handlingsplan vid allergisk reaktion" till förskolan/skolan. Denna tillhandahålls av behandlande läkare.

## Laktosintolerans

Laktosintolerans är mycket ovanligt hos små barn. Hos personer med ärftlighet för laktosintolerans minskar enzymet laktas oftast under skol- eller ungdomsåren. Laktasbrist kan uppträda tillfälligt i samband med en skada i tarmslemhinnan som vid obehandlad glutenintolerans (celiaki) eller vid tarminfektioner. När skadan läkt återkommer laktasenzymet.

Misstänker du laktosintolerans, uppsök alltid läkare så att allvarigare tillstånd inte missas.

**Prövotid laktosfri kost:** I två veckor kan ditt barn få pröva laktosfri kost i förskolan och grundskolan om ni har rådfrågat barnhälsovården eller EMI (Elevhälsans medicinska insats). Prövoperioden gäller dygnet runt, vilket gör att alla laktosprodukter måste uteslutas även utanför omsorgstid eller skoltid.

Ansökan om prövotid görs på särskild blankett som finns på kommunens hemsida.

Vid konstaterad laktosintolerans krävs läkarintyg och en ifylld ansökan om specialkost av medicinska skäl som finns på kommunens hemsida.

## **Specialkost av icke medicinska skäl och lindrig överkänslighet**

Specialkost av icke medicinska skäl tillhandahålls till barn inom förskola och elever i grundskola eller gymnasium, efter begäran från vårdnadshavare.

Nässjö kommun erbjuder bland annat lakto-ovo-vegetarisk kost, det vill säga vegetarisk kost som inkluderar mjölk och ägg. Det finns även möjlighet att välja till fisk och/eller kyckling till den vegetariska kosten. Dessutom erbjuds kost som utesluter fläskkött, blodmat och inälvsmat.

Denna blankett används även vid lindrig överkänslighet då det räcker med att plocka bort ingrediensen från tallriken, exempelvis om barnet/eleven blir röd om munnen av färska tomater, citrus eller liknande. Villkoret för att få specialkost är att barnet äter samma mat i hemmet, vilket vårdnadshavaren ska intyga.

Ansökan om specialkost av icke medicinska skäl ska alltid förnyas inför läsårsstart och vid förändrade behov.

## **Begränsningar i utbudet av specialkost**

I nuläget finns inte möjlighet att erbjuda halalkost, kosher-mat eller specialkost som utgår från till exempel ekologiskt odlad mat, närodlat mat, annan specialkost eller dieter.

## **Ansökningsblanketter**

Blanketter för att ansöka om specialkost för barn och elever finns att ladda ner på [nassjo.se](http://nassjo.se).

Det är vårdnadshavarens ansvar att fylla i och lämna in ansökan samt intyg för aktuell specialkost till verksamheten eller vid byte av förskola/skola. Ny ansökan ska lämnas vid varje läsårsstart. Vid byte av förskola/skola ser vårdnadshavaren till att blanketten och informationen flyttas med till nästa förskola/skola.