



Utbildningsförvaltningen  
Måltidsenheten

## Information kring specialkost för kommunens kommunala skolor och förskolor

Kommunen ska tillhandahålla näringsriktiga måltider till de barn/elever som av någon anledning inte kan äta den ordinarie måltiden. Utbudet av kosten grundar sig på skollagens krav enligt 10 kap. 10 § (2010:800) 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 alltid att bli ensidig. Det är därför av stor vikt att inte utesluta livsmedel i onödan. Vid planering av specialkost utgår vi alltid från huvudalternativet på matsedeln. Tillbehör på ordinarie matsedel samt råkost/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. Maten och måltiden ska skapa förutsättningar till bra matvanor och en god hälsa. Måltiden ska vara glädjefylld, smakrik och säker.

För att få specialkost på grund av medicinska orsaker krävs intyg utfärdat av hälso- och sjukvårdspersonal tillsammans med ifylld ansökan *Ansökan om specialkost av medicinska skäl eller annat särskilt skäl*. Kom ihåg att om barnet/eleven behöver medicin vid en allvarlig allergisk reaktion behöver ni även lämna in *Handlingsplan vid allergisk reaktion*. Denna tillhandahålls av behandlande läkare.

Specialkost på grund av andra orsaker som t ex neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, andra diagnoser eller andra skäl där läkarbedömningen är att maten behöver anpassas efter elevens särskilda behov så görs även denna ansökan på blanketten *Ansökan om specialkost av medicinska skäl eller annat särskilt skäl*. Kryssa i rutan *Annan orsak* och komplettera med separat intyg från behandlande läkare. I och med att ni ansöker om specialkost av *Annan orsak* kan det eventuellt innebära att skolköket inte kommer att kunna uppfylla skollagens krav på näringsriktig kost.

Vid ansökan av annan specialkost som kan tillhandahållas d.v.s. laktosreducerad-, vegetarisk-, eller mat fri från fläsk, nöt, och blodmat behövs inget intyg från hälso- och sjukvården. Det gäller även vid lindrig överkänslighet då det räcker med att plocka bort ingrediensen från tallriken, exempelvis om barnet/eleven blir rött runt munnen av färska tomater, citrus eller liknande. Detta skrivs på blanketten *Ansökan om annan specialkost*. Vi kan inte erbjuda halal-, kosher- eller veganmat utan i stället rekommenderas vegetarisk mat.

## Anmälan om specialkost

För att säkerställa att ditt barn får rätt kost, serveras specialkost av medicinska skäl endast till de barn/elever som har en ifylld ansökan och ett aktuellt intyg utfärdat av hälso- och sjukvården.

Det är vårdnadshavares ansvar att fylla i och lämna in anmälan samt intyg för aktuell specialkost till enheten samt ge information. När köket har fått all information, kan specialkosten tillhandahållas.

Ny *Ansökan om specialkost av medicinska skäl eller annat särskilt skäl* skall lämnas varje år i början av höstterminen. Ett nytt aktuellt intyg från hälso- och sjukvården lämnas vid förändrat behov och i samband med att barnet börjar förskoleklass, årskurs 4 och 7.

**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 uppträda tillfälligt i samband med en skada i tarmslemhinnan som vid obehandlad glutenintolerans (celiaki) eller vid tarminfektioner. När skadan har läkt återkommer laktasenzymet.

Misstänker du laktosintolerans, uppsök alltid läkare så att allvarigare tillstånd inte missas. För fullständigt laktosfri kost görs ansökan på blanketten *Ansökan om specialkost av medicinska skäl eller annat särskilt skäl* och ett intyg från hälso- och sjukvården krävs.

Vid laktosintolerans tål man en viss mängd laktos. Hur mycket man tål varierar, men de flesta kan dricka åtminstone en deciliter mjölk dagligen utan symtom. Vi erbjuder laktosreducerad kost, vilket innebär att vi erbjuder laktosfri mjölk att dricka och annan kost när maten innehåller stora mängder mjölk som t.ex. lasagne, pannkakor och risgrynsgröt.

Vid önskemål om laktosreducerad kost rekommenderas först en provperiod på 14 dagar, därefter krävs en utvärdering. Skolsköterskan kontaktas om barnet skall fortsätta med denna kost. På förskolan kontaktas förskolechefen. Ansökan görs på blankett *Ansökan om laktosreducerad kost*.

## Nötallergi

Vid en nöt/jordnötsallergi med risk för svårare reaktioner och där man även i hemmet undviker livsmedel med märkningen "kan innehålla spår av..." fylls detta i på blanketten *Ansökan om specialkost av medicinska skäl eller annat särskilt skäl* och ett intyg från hälso- och sjukvården krävs. Om man däremot hemma äter livsmedel med märkning "kan innehålla spår av.." och endast undviker livsmedel där nötter/jordnötter finns med som en ingrediens behövs inget intyg då det inte förekommer nötter, mandel eller sesamfrö i den mat som serveras i skolan eller förskolans lokaler.

## Avanmälan

Avanmälan av specialkost ska alltid göras av vårdnadshavare när barnet/eleven inte längre behöver specialkost eller vid byte av förskola/skola. Vid byte av förskola/skola ser vårdnadshavare till att blanketten flyttas till nästa verksamhet.

Har du frågor kontakta kostchef Margareta Andersson, [margareta.andersson@vaxholm.se](mailto:margareta.andersson@vaxholm.se) alternativt skolsköterskan på respektive skola.