



Riktlinjer för specialkost och anpassade måltider

I förskolan och skolan

Beslutsinstans	Barn- och utbildningsnämnden
Beslutad	2022-04-05
Giltig till	Tills vidare
Dokumentansvarig	Kostchef
Diarienummer	BOUN.2021.122

Innehållsförteckning

Inledning	3
Begreppsdefinition.....	3
Specialkost	3
Matallergi.....	3
Luftburen allergi.....	4
Jordnötter, nötter, sesamfrö och mandel	4
Celiaki	4
Laktosintolerans.....	4
Korsreaktioner	4
Icke-allergiska överkänslighetsreaktioner	5
Anpassade måltider	5
Anpassningar på grund av religion eller annan trosuppfattning.....	5
Anpassningar vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF)	5
Anpassningar av etiska och övriga skäl	6
Intyg	7
Kostintyg	7
Läkarintyg/journalutdrag	7
Specialkost eller anpassad måltid för personal	7

Inledning

Dessa riktlinjer har tagits fram för att tydliggöra de regler som gäller rörande rätten till specialkost och anpassade måltider för barn och elever i Gnesta kommuns förskolor och skolor. Riktlinjerna har tagits fram med utgångspunkt i de nationella rekommendationer som tagits fram av Kost & Näring, branschföreningen för kostchefer och måltidsansvariga inom Sveriges offentliga måltidsverksamheter.

Begreppsdefinition

Standardkost

Med standardkost avses den eller de huvudrätter som kostenheten planerat och tillagat och som serveras till alla elever utom de som ansökt och beviljats specialkost eller anpassade måltider.

Specialkost

Med specialkost avses kost som är anpassad till ett visst sjukdomstillstånd och används därmed som begrepp för avvikelser från standardkosten som är medicinskt motiverade.

Anpassade måltider

Med anpassade måltider avses de avvikelser från standardkosten som utgår ifrån rätten till anpassningar utifrån diskrimineringslagstiftningen och som anses nödvändiga för att barnet eller eleven ska klara sin vistelse i förskolan respektive studiegång i skolan. Exempel på detta är uteslutning av vissa livsmedel på grund av religion, valet att äta en helt växtbaserad kost och anpassningar av mat eller måltidsmiljö på grund av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF).

Specialkost

Specialkost kan behövas på grund av kostrelaterade sjukdomar, matallergi eller andra överkänslighetsreaktioner. Exempel på anledningar till detta kan, utöver matallergi, vara kontaktallergi, celiaki, laktosintolerans, korsreaktion och icke-allergiska överkänslighetsreaktioner.

Specialkosten bör likna den ordinarie måltiden så mycket som möjligt och det är viktigt att måltiden är klar när eleven kommer till skolmatsalen. Det är viktigt att ordentliga allergiutredningar görs och att elevens vårdnadshavare har regelbunden kontakt med vården, för att säkerställa att livsmedel inte utesluts i onödan.

Matallergi

Livsmedel märka med ”kan innehålla spår av...” kan användas till standardkosten men ska inte erbjudas matgäster som anmält allergi mot aktuellt ämne.

Luftburen allergi

Eventuella anpassningar i måltidsmiljön kopplat till luftburen allergi ska enbart göras om vårdnadshavare kan uppvisa läkarintyg för luftburen allergi, som utretts genom provokation. Om läkarintyg finns för luftburen allergi ska skolan upprätta rutiner för hur situationen ska hanteras.

Jordnötter, nötter, sesamfrö och mandel

Jordnötter, nötter, sesamfrö och mandel ska helt uteslutas i förskolor och skolrestauranger. Dessa livsmedel ska varken användas som ingrediens i matlagningen eller som tillbehör, detta oavsett om det finns barn/elever med denna typ av matallergi i verksamheten. För att säkerställa en miljö fri från dessa livsmedel är matlådor och liknande förbjudna i förskolan/skolrestaurangen.

Livsmedel märkta med ”kan innehålla spår av” kan användas till normalkosten, men ska inte erbjudas matgäster som anmält allergi mot ämnet via kostintyg.

Celiaki

Barn och elever med fastställd celiakidiagnos ska serveras en strikt glutenfri kost.

Laktosintolerans

Om normalkosten innehåller mindre än två gram laktos per portion, behöver ingen specialkost erbjudas. Dagar då normalkosten innehåller mer än två gram laktos ska laktosintoleranta matgäster erbjudas ett måltidsalternativ som ligger under två gramsgränsen.

Barn under fem år ska inte erbjudas specialkost på grund av laktosintolerans annat än i undantagsfall, detta då laktosintolerans hos barn före fem års ålder är mycket ovanligt. Om laktosintolerans misstänks vara orsak till problem med magen är kontakt med primärvården nödvändig. Detta för att säkerställa rätt diagnos, då minskad mängd laktos i kosten riskerar att dölja sekundär laktosintolerans orsakad av en ännu odiagnostiserad sjukdom.

Ovanstående gäller inte för matgäster hos vilka komplett avsaknad av laktas konstaterats (total avsaknad av laktas vid födelsen är ytterst ovanligt och debuterar så fort barnet börjar äta bröstmjolk/laktosinnehållande bröstmjölksersättning). Dessa ska erbjudas specialkost helt fri från komjölkprotein, det vill säga helt mjölkfri kost.

Korsreaktioner

Korsreaktioner kan uppstå mellan olika allergener och orsaka besvär hos överkänsliga personer. Vid svåra korsallergiska besvär ska detta noteras som en allergen på inlämnat kostintyg.

Icke-allergiska överkänslighetsreaktioner

Vissa livsmedel, bland annat citrus och vissa frukter och bär, orsaka eksem eller klåda och rodnad runt munnen. Dessa reaktioner är inte allergi. Vid lindrig överkänslighet kan det aktuella livsmedlet plockas bort från tallriken, utan att ersättas med annan produkt. Vid överkänslighetsreaktion som misstänks vara orsakad av citronsyra ska vårdnadshavare ta kontakt med sjukvården.

Anpassade måltider

Med anpassade måltider avses anpassningar som bedöms vara nödvändiga för att individen ska klara sin skolgång eller vistelse på förskolan. Till kategorin anpassade måltider hör behov av mat- och måltidsanpassningar för barn och elever som på grund av fysiska, sensoriska, kognitiva eller utvecklingsbetingade funktionsnedsättningar har svårigheter att äta och/eller delta i den ordinarie måltiden. Detta inkluderar neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF). Kategorin omfattar även andra kostavvikelser, grundade i exempelvis etiska ställningstaganden och religion.

Rektor ansvarar för bedömningen av vilka behov eleven har för att klara skolgång och uppsatta mål. I förskolan kan rektor, med föräldrars samtycke ta kontakt med barnhälsovården för samverkan och dialog.

Anpassningar på grund av religion eller annan trosuppfattning

Att inte erbjuda alternativ till standardkosten till barn/elever som av religiösa skäl avstår från vissa livsmedel kan vara diskrimineringsgrundande. Med religion avses religiösa åskådningar som exempelvis hinduism, judendom, kristendom och islam. Med annan trosuppfattning innefattas sådana övertygelser som har sin grund i eller samband med en religiös åskådning, till exempel buddism. Politiska åskådningar och etiska eller filosofiska värderingar, som inte har samband med religion, omfattas inte av diskrimineringslagens skydd.

Anpassade måltider ska erbjudas med hänvisning till religion eller annan trosuppfattning. Ett vegetariskt måltidsalternativ räknas som en fullgod anpassad måltid.

Anpassningar vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF)

Det är vanligt att barn/elever med exempelvis ADHD eller en diagnos inom autismspektrumet har problem med mat och situationer kring måltider. Det kan finnas flera orsaker till problemen och det är viktigt att dessa utreds noga. Det är viktigt att i samverkan hitta en strategi som fungerar väl både för barnet/eleven och för måltidsverksamheten.

Det är viktigt att det kontinuerligt förs en dialog mellan föräldrar, måltidsverksamhet, elevhälsa och rektor genom dialogmöten, för att säkerställa att endast berättigade

behov av måltidsanpassningar tillgodoses och att barnet/eleven får så varierad och näringsriktig mat som möjligt. Det långsiktiga målet ska vara att utöka variationen i kosten, förslagsvis med utgångspunkt i den befintliga matsedeln. Vid behov ska i sista hand en helt individanpassad måltid erbjudas, i första hand erbjuds ordinarie kost eller eventuell komplettering i form av en rullande, alternativ matsedel.

Anpassningar av etiska och övriga skäl

Önskemål om avvikelser från normalkosten kan ske av en rad olika anledningar. Till de vanligaste hör önskemål om vegankost. Andra exempel är glutenfri kost utan fastställd celiakidiagnos, kost utan e-nummer eller LCHF-kost.

Inom kostenheten erbjuds alltid ett vegetariskt alternativ, varför vegetarisk kost räknas som normalkost. Det klassas därmed inte som anpassad måltid eller specialkost, utan erbjuds till alla som önskar det.

Vegankost

Vegankost klassas som anpassad måltid, men ska som huvudregel erbjudas till alla som önskar det. Intyg från vårdnadshavare ska dock lämnas in.

För att kunna servera näringsriktig vegankost krävs användning av berikade livsmedel. Kosttillskott kan behöva tillsättas för att kosten ska bli näringsmässigt komplett. Om barnet/eleven serveras vegankost i förskolan/skolan, ska det tydligt framgå för vårdnadshavare och eleven att de själva ansvarar för att komplettera maten med kosttillskott och därigenom säkerställa ett tillräckligt näringsintag. För barn under tre år behöver en individuell bedömning göras om huruvida det är lämpligt att servera vegankost i förskolan.

Om näringsberikade livsmedel inte används i tillagningen av vegankost och tillräckligt näringsinnehåll därmed inte kan garanteras, ska matgästen informeras om detta.

Övriga skäl

Som ovan nämnts kan önskemål uppkomma om exempelvis glutenfri kost utan fastställd celiakidiagnos, kost utan e-nummer eller LCHF-kost. Gemensamt för dessa exempel på kostpreferenser är att de i första hand grundas i personlig övertygelse och som regel är självordinerade. Anpassningar av ovanstående, eller liknande, skäl ska inte erbjudas.

Intyg

Kostintyg

Ett kostintyg för specialkost/anpassade måltider ska alltid fyllas i av vårdnadshavare, för att säkerställa en korrekt hantering i köket. Kostintyget förnyas i samband med läsårsstart eller vid förändringar.

Specialkost och anpassade måltider erbjuds i enlighet med vad som framgår av denna riktlinje. Utöver redan nämnda utgångspunkter gäller att barnet/eleven även hemma äter i enlighet med inlämnat kostintyg. Vårdnadshavare ska intyga att så är fallet.

Måltidsverksamheten delger rektor, elevhälsa och berörda pedagoger kostintyget för kännedom.

Läkarintyg/journalutdrag

För barnets/elevens bästa är det av yttersta vikt att misstanke om sjukdom alltid utreds av läkare. Läkarintyg ska begäras åtminstone vid följande diagnoser:

- Svår matallergi med akut allergisk reaktion
- Funktionsnedsättande matallergi
- Multiallergi
- Luftburen matallergi
- Celiaki

För barn i förskoleåldern bör befintliga läkarintyg/journalutdrag förnyas varje år. För äldre elever bör befintliga läkarintyg/journalutdrag förnyas vartannat år. Detta då vissa allergier och tillstånd kan växa bort eller utvecklas. Förnyade läkarintyg/journalutdrag ska inte begäras vid diagnosticerad celiaki, då det är en livslång, kronisk sjukdom.

Utredning av allergier och sjukdomar kan ta lång tid. Under den tid barnet/eleven är under utredning ska önskad specialkost/måltidsanpassning erbjudas.

Specialkost eller anpassad måltid för personal

Om det ingår i den vuxnes tjänst att delta i måltider, ska specialkost och/eller anpassad måltid erbjudas som samma villkor som för barnen/eleverna. Personal som inte äter inom ramen för pedagogiska måltider eller annat ansvar som ingår i tjänsten, ska som huvudregel inte erbjudas specialkost eller anpassad måltid. Undantag kan göras om den aktuella avvikelsen redan förekommer som specialkost eller anpassad måltid i barn-/elevgruppen.