

Selvitys erityisruokavaliosta päiväkodissa – pitkä versio

Käytä tätä lomaketta vain silloin, kun ruokavalioon liittyy useita rajoituksia (yli 5 sopimatonta ruoka-ainetta) ja on selkeämpää ilmoittaa vain sopivat ruoka-aineet.

YHTEYSTIEDOT

Ruokailijan nimi	Päiväkoti/koulu ja ryhmä/luokka
Huoltajan nimi	Huoltajan puhelinnumero päiväsaikaan
Katuosoite	Postinumero ja -toimipaikka

TERVEYDELLISIIN SYIHIN PERUSTUVA ERITYISRUOKAVALIO

Sotesin lääkäri tai ravitsemusterapeutti täyttää TAI liitteenä on hoitavan tahon todistus. Todistuksen antaja ei voi olla Sotesin ulkopuolelta (esim. yksityislääkäri). Ruokavaliota ei toteuteta omalla ilmoituksella. Lääkäri tai ravitsemusterapeutti voi todeta erityisruokavaliion tarpeen tutkimusten ja/tai oireiden perusteella. Dokumenttia ei katsota terveydenhuollon todistukseksi, mikäli työntekijä vain toteaa asiakkaan noudattavan jotakin erityisruokavaliota, esim. ”huoltajan mukaan lapselle ei sovi ruoka-aine x”.

Kuvaus tarvittavasta ruokavaliosta:

RUOKA-AINEET, JOITA SAA TARJOTA

Ruokapalvelu hankkii kaikki tarvittavat raaka-aineet. Kaikkia sopivia raaka-aineita ei välttämättä ole käytettävissä. Useammasta raaka-aineesta valmistetun tuotteen (esim. kastikepohja) sopivuus arvioidaan alla olevan listan mukaan. *Alla olevan listan ulkopuolelta ruoanvalmistuksessa käytetään ainoastaan vettä.* *Tuote saattaa sisältää pieniä määriä jotakin allergeenia esim. siksi, että tuote on valmistettu samalla linjastolla kuin allergeenia sisältävä tuote.

ruoka-aine	sopii	vain kypsänä	saa tarjota tuotteita, joissa merkintä "saattaa sisältää pieniä määriä"	ruoka-aine	sopii	vain kypsänä	saa tarjota tuotteita, joissa merkintä "saattaa sisältää pieniä määriä"
LIHA, KALA, KANANMUNA, MAITOTUOTTEET JA KASVIPROTEIINIT							
broileri	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	kalkkuna	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
porsaanliha	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	naudanliha	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
kala	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	hirvi/poro	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
kananmuna	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	maksa	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
lehmänmaito (laktoositon)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	soijatuotteet (esim. soijajuoma)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kauratuotteet (esim. kaurajuoma)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	riisituotteet (esim. riisijuoma)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
äidinmaidonkorvike	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	erityiskorvike: _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
quorn-kasviproteiini	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pavut, linssit, herneet	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
VILJATUOTTEET, PERUNA JA MAISSI							
vehnä	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	kaura	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
ruis	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	ohra	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
peruna	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	bataatti	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
riisi	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	tattari	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
hirssi	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	maissi	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
tapiokatärrkelys	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	maissitärkkelys	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
KASVIKSET							
salaatit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	tomaatti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kurkku	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	paprika	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
sipuli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	valkosipuli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kaalit (esim. valkokaali, punakaali, ruusukaali)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	kiinankaali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
porkkana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	kesäkurpitsa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ruoka-aine	sopii	vain kypsänä	saa tarjota tuotteita, joissa merkintä "saattaa sisältää pieniä määriä" *	ruoka-aine	sopii	vain kypsänä	saa tarjota tuotteita, joissa merkintä "saattaa sisältää pieniä määriä" *
parsakaali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	kukkakaali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
vihreät pavut (leikkopavut)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	punajuuri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
pinaatti	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	selleri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
palsternakka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	lanttu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
nauris	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	sienet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MARJAT JA HEDELMÄT							
mustikka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	mansikka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
vadelma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	puolukka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
musta-/punaherukka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	banaani	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
omena	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	päärynä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
sitruhedelmät (esim. appelsiini, sitruuna) paitsi greippi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	greippi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
luumu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	persikka	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
nektariini	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	vesimeloni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hunaja-/cantaloupemeloni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ananas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kiivi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	viinirypäle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
RAVINTORASVAT, PÄHKINÄT JA SIEMENET							
rypsiöljy	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	oliiviöljy	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
maapähkinä	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	manteli ja mantelituotteet (esim. mantelijuoma)	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
saksanpähkinä	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	cashewpähkinä	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
auringonkukansiemen	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	kurpitsansiemen	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
pellavansiemen	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	kookos ja kookostuotteet (esim. kookosjuoma)	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
MAUSTEET JA MUUT							
kaikki mausteet käyvät	<input type="checkbox"/>			suola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
sokeri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	pippurit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
yrttimausteet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	paprikajauhe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
chili, cayennepippuri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	currymausteseos (sisältö vaihtelee eri valmistajilla)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ruoka-aine	sopii	vain kypsänä	saa tarjota tuotteita, joissa merkintä "saattaa sisältää pieniä määriä" *	ruoka-aine	sopii	vain kypsänä	saa tarjota tuotteita, joissa merkintä "saattaa sisältää pieniä määriä" *
sinapinsiemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	muskottipähkinä (huom. ei ole varsinainen pähkinä)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MUU, MIKÄ?							
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

LISÄTIETOJA RUOKAVALION TOTEUTUKSEEN

Esim. ruoan sopiva rakenne.

ALLEKIRJOITUS

Allekirjoittajan on oltava täysi-ikäinen. Allekirjoittamalla tämän lomakkeen hyväksyt, että ruoka-annos on tarjolla ruokailijan nimellä ja että erityisruokavaliotietoja voivat käsitellä ruokapalveluiden, terveydenhuollon ja sivistyspalveluiden edustajat.

Ruokailijan / huoltajan allekirjoitus	Lääkärin, ravitsemusterapeutin tai terveydenhoitajan allekirjoitus
Nimen selvennys ja päiväys	Nimen selvennys, päiväys ja leima

Voimassaolo

___/___/20___ asti (enintään 1 vuosi)

Mikäli voimassaoloa ei ole täytetty, selvitys on voimassa korkeintaan seuraavan vuoden heinäkuun loppuun asti.

Liitteenä (tarvittaessa)

Lääkärin / ravitsemusterapeutin todistus

Mikäli selvitys ei ole suoraan em. terveydenhuollon ammattilaisen täyttämä ja allekirjoittama, liitteenä toimitetaan aina erillinen todistus. Palautathan todistuksen samassa kuoressa selvityksen kanssa.
