



Riktlinjer för specialkost och anpassade måltider i skola och förskola

GODKÄNDA AV KOMMUNSTYRELSEN 2013-12-03, § 342
Revidering av riktlinjerna fastställda av barn- och utbildnings-
nämnden 2016-09-14.
Revidering av riktlinjerna fastställda av kommunstyrelsen
2020-06-02.



Specialkost – kost som är anpassad till ett visst sjukdomstillstånd

Kommunen ska tillhandahålla säkra och 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. Elever med konstaterat behov av specialkost upplever ofta ett stort utanförskap då de känner sig annorlunda. Specialkosten bör därför likna den ordinarie måltiden så mycket som möjligt och måltiden ska vara klar när eleven kommer till restaurangen. För specialkost som är anpassad för ett visst sjukdomstillstånd krävs ansökan via e-tjänst och ett giltigt intyg från hälso- och sjukvården.

Om matallergi

Vid matallergi reagerar kroppen på proteinerna i exempelvis mjölk, ägg, fisk, spannmål, soja, skaldjur, baljväxter, nötter, jordnötter, mandel och sesamfrö. Dessa livsmedel kan orsaka allvarliga såväl som milda symptom. Den individuella känsligheten varierar. Vissa matallergier tenderar att växa bort. Det gäller främst mjölk- och äggallergi. Det är därför viktigt att regelbundet undersöka om allergin vuxit bort. Det är även viktigt att vårdnadshavare har regelbunden kontakt med vården och att det görs ordentliga allergiutredningar, om möjligt, med genomförande av provokationer så att inte livsmedel utesluts i onödan.

Ansökan om specialkost för anpassade måltider av ett visst sjukdomstillstånd går till så här

- Ett intyg utfärdat av hälso- och sjukvården, läkare eller dietist behövs. Intyget från hälso- och sjukvården behöver inte förnyas varje år utan enbart vid ny eller förändrad diagnos.
- Ansökan görs sedan på kommunens hemsida i e-tjänst. (signeras av båda vårdnadshavarna). Ansökan om specialkost av ett visst sjukdomstillstånd ska alltid förnyas inför varje nytt läsår samt alltid vid förändrad diagnos eller förändrade behov. Aktuellt intyg från hälso- och sjukvården bifogas i ansökan vid första ansökningstillfället.
- Finns en handlingsplan vid kraftig allergisk reaktion för barnet/eleven skall denna bifogas ansökan och även kommuniceras med BVC respektive elevhälsan. Handlingsplanen tillhandahålls av behandlande läkare.

Ansökan om specialkost vid korsreaktion eller icke-allergiska överkänslighetsreaktioner

Korsreaktioner kan uppstå mellan olika allergener och orsaka besvär hos överkänsliga personer. Korsallergi är särskilt vanligt hos individer med pollenallergi, som då kan reagera mot exempelvis äpplen, nötter och stenfrukt och råa morötter. För pollenallergiker brukar korsallergin förvärras under pollensäsongen. Korsallergier ger sällan allvarliga besvär. Ansökan i e-tjänst ska göras men intyg från hälso- och sjukvården behöver inte bifogas om det saknas ett sådant. Ansökan ska alltid förnyas inför varje nytt läsår samt alltid vid förändrad diagnos eller förändrade behov.

Vid lindrig överkänslighet, till exempel om barnet/eleven blir röd om munnen av färska tomater eller citrus men det räcker med att plocka bort ingrediensen från tallriken och inte ersätta den med en annan produkt ska ansökan göras via e-tjänst. Intyg från hälso- och sjukvården behöver inte bifogas om det saknas ett sådant. Ansökan ska alltid förnyas inför varje nytt läsår samt alltid vid förändrad diagnos eller förändrade behov.

Anpassade måltider

Med anpassad måltid avses anpassningar som bedöms vara nödvändiga för att individen ska klara sin skolgång eller vistelse på förskolan. Utöver själva maten kan sådana anpassningar innefatta måltidsmiljön. Till kategorin anpassade hör behov av mat- och måltidsanpassningar för barn/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). Samverkan och dialog ska alltid ske med skolan, rektor och elevhälsan. Ansökan via e-tjänst krävs.

Anpassade måltider – etiska ställningstagande och religion

Kategorin anpassade måltider omfattar även kostavvikelser grundade i exempelvis etiska ställningstagande och religion. Eksjö kommun erbjuder idag 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, nötkött, blodmat och inälvsmat. Ansökan i e-tjänst krävs för förskolan och skolan, men inte för elever på gymnasiet.

Laktosintolerans - Laktosreducerad kost

Laktosintolerans är inte en sjukdom utan en ärftlig oförmåga att bryta ner laktos. Tillståndet är ofarligt men kan vara obehagligt. Total avsaknad av laktas vid födseln är ytterst ovanlig och debuterar så fort barnet börjat äta bröstmjölk eller laktosinnehållande bröstmjölksersättning. Laktosintolerans hos barn före fem års ålder är mycket ovanligt. De flesta personer med laktosintolerans tål 5,0 – 7,5 gram laktos per dag, vilket motsvarar en mängd som finns i 1,0 – 1,5 dl mjölk. I Eksjö kommuns måltidsverksamhet använder vi oss av 2-gramsgränsen. Det innebär att mängden laktos i en portion av en viss maträtt får uppgå till max 2 gram. Dryck är ej inräknad. Ansökan för laktosreducerad kost krävs men däremot inget intyg från hälso- och sjukvården.

- Om normalkosten ligger under 2-gramsgränsen behöver ingen specialkost erbjudas.
- Dagar då normalkosten ligger över 2-gramsgränsen ska laktosintoleranta matgäster erbjudas ett måltidsalternativ som ligger under 2-gramsgränsen. Exempel på mjölkrika rätter är stuvningar, såser, pannkakor, risgrynsgröt och redda soppor.
- Barn under fem år ska inte erbjudas specialkost för laktosintolerans annat än i undantagsfall.
- Om laktosintolerans misstänks vara orsak till problem med magen är kontakt med primärvården nödvändig. Detta för att säkerställa rätt diagnos, då minskad mängd laktos riskerar att dölja sekundär laktosintolerans orsakad av en ännu odiagnostiserad sjukdom.
- Matgäster som är i behov av helt laktosfri kost erbjuds specialkost fri från mjölkprotein men med krav på intyg från hälso- och sjukvården.

Villkor för specialkost

Villkoret för att få specialkost är att barnet/eleven äter samma mat i hemmet, vilket vårdnadshavare ska intyga. Riktlinjerna gäller även för personal inom barn- och ungdomssektorn

Indragen rätt till specialkost och/eller anpassad måltid

Specialkostportioner och anpassade måltider som inte hämtats, utan att frånvaro meddelats, i mer än två veckor upphör. Om behovet uppstår igen ska ny ansökan i e-tjänst göras och intyg från hälso- och sjukvården ska i förekommande fall bifogas.

Ändring och avanmälan av specialkost och anpassad kost

Vid byte av förskola eller skola ser vårdnadshavaren till att information flyttas till nästa ställe. Om behovet av specialkost upphör så ska en avanmälan göras. Dessa ändringar görs i e-tjänst.

Ansökan via e-tjänst

Ansökningar gällande specialkost ska skickas in via e-tjänst. Du hittar e-tjänsten ”Specialkost – ansökan” i Eksjö kommuns självserviceportal, sjalvservice.eksjo.se