

## SPECIALKOST Diabetes

### Vid behov av specialkost, gör så här:

- Kontakta skolrestaurangen för att få en specialkostblankett eller hämta en specialkostblankett <http://www.boras.se/startsidanslankar/etjansterochblanketter/...>  
Observera att det finns flera olika blanketter. Fråga gärna om du är osäker!
- Fyll i specialkostblanketten och underteckna. Vårdnadshavare undertecknar för omyndig elev.
- Lämna in den ifyllda specialkostblanketten i skolrestaurangen.

### Viktigt!

- Vårdnadshavaren ansvarar för att samtliga personalkategorier i elevens närhet får information om elevens allergi/intolerans/diagnos.
- Vid förändringar ska ny specialkostblankett fyllas i direkt och lämnas till skolrestaurangen.
- Skolhälsovården är behjälplig med medicinsk information och rutiner för medicinering och behandling.

**Specialkost kräver extra insatser.** Anmäl alltid frånvaro direkt till skolrestaurangen samt tala om när eleven är tillbaka igen! Ring gärna före kl. 08.00.

---

Skolrestaurang

Telefonnr

### Specialkostinformation

- **Diabetiker typ 1** som använder kolhydraträkning för att bestämma insulinbehov ska markera detta på blanketten övre del.  
I stället för soppa kan annan mat serveras. Markera på blankettens övre del om behovet finns.  
Maträtter där kött/fisk/korv tillagas i sås, t ex grytor, serveras med såsen för sig för att underlätta portionsmätning.  
Vid serveringen finns våg med tarering samt skopor och mått för 1 dl.  
[Kolhydratlista](#)  
Skolrestaurangerna i Borås Stad samverkar med skolhälsovården och Barn- och ungdomsmottagningen på Södra Älvsborgs Sjukhus för att underlätta för elever att kolhydraträkna. Kolhydratlistan är gemensam.
- Magproblem ska **alltid** undersökas av **läkare**. Vid misstanke om överkänslighet är det viktigt att söka vård för att få rätt diagnos och inte på egen hand börja utesluta olika livsmedel. T ex kan laktosintolerans förväxlas med mjölkproteinallergi eller glutenintolerans som är allvarligare diagnoser och kräver annan typ av specialkost.
- **Laktosintoleranta** klarar oftast av att äta tillagade mjölkprodukter och behöver då enbart laktosfri måltidsdryck. Markera elevens behov på blankettens **övre** del. *Laktosintoleranta ska inte fylla i vid Mjölprotein.*
- **Glutenintolerant** som äter Ren havre ska markera detta på blankettens **övre** del. *Glutenintoleranta ska inte fylla i vid Spannmål.*
- **Fruktar.** *Citrusfrukter:* t ex apelsin, clementin, citron. *Äppelfruktar:* t ex äpple, päron. *Stenfrukter:* t ex plommon, persika, nektarin, körsbär. Många tål tillagade frukter bättre än råa. Markera elevens behov på blanketten.

**Jordnöt, nötter och mandel serveras inte i skolrestaurangerna inom Borås Stad.**

*Nötter:* t ex hasselnöt, valnöt, paranöt, cashewnöt, pekannöt, pistagenöt, macadamianöt.

UNDANTAG: Kokosnöt, muskotnöt, pinjenöt är botaniskt sett inga nötter och **omfattas inte** av förbudet. Läs gärna mer om nötter och frön och deras botaniska släktskap på Livsmedelverkets webbplats: [www.slv.se](http://www.slv.se)

Frågor kring specialkostrutiner och blanketter?  
Välkommen att kontakta

Enhetschef Kost  
Helena Meijer  
E-post: [helena.meijer@boras.se](mailto:helena.meijer@boras.se)  
Telefon: 033-35 36 04, 0768-88 36 04

Förnamn:		Födelsedata ÅÅMMDD:	
Efternamn:		Skola	Klass:
Vårdnadshavare:		Vårdnadshavare:	
E-post:		E-post:	
Telefon:	Telefon arbete:	Telefon:	Telefon arbete:

**SPECIALKOST krävs på grund av**

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Diabetes             | <input type="checkbox"/> Kolhydraträkning       | <input type="checkbox"/> Ej soppa               |
| <input type="checkbox"/> Laktosintolerans     | <input type="checkbox"/> Laktosfri måltidsdryck | <input type="checkbox"/> Laktosfri/Mjölkfri mat |
| <input type="checkbox"/> Glutenintolerans     | <input type="checkbox"/> Äter Ren Havre         |   |
| <input type="checkbox"/> Annan diagnos: _____ |   |   |

**Allergi mot**

<input type="checkbox"/> Mjölprotein (Ej laktos!)	
<input type="checkbox"/> Ägg	
<input type="checkbox"/> Sojaprotein	
<input type="checkbox"/> Baljväxter	
<input type="checkbox"/> Fisk	
<input type="checkbox"/> Skaldjur	
<input type="checkbox"/> Kött:	
<input type="checkbox"/> Fågel <input type="checkbox"/> Gris <input type="checkbox"/> Nöt <input type="checkbox"/> Vilt	
<input type="checkbox"/> Spannmål (Ej gluten!):	
<input type="checkbox"/> Vete <input type="checkbox"/> Korn <input type="checkbox"/> Råg <input type="checkbox"/> Havre <input type="checkbox"/> Äter Ren havre	

**Symtomens svårighetsgrad:**
**Symptom:**

<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	

**Tål råvaran om den är tillagad:**

<input type="checkbox"/> Tomat	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Citrusfrukter	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Äppelfrukt	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Stenfrukter	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Nej	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Jordnöt			<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Nötter			<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	
<input type="checkbox"/> Mandel			<input type="checkbox"/> Lindriga	<input type="checkbox"/> Måttliga	<input type="checkbox"/> Häftiga	

Har läkare utrett besvären?  Nej  Ja

Behöver eleven akut behandling om den får i sig fel mat?  Nej  Ja

*Vårdnadshavaren ansvarar för att samtliga personalkategorier i elevens närhet får information om elevens allergi/intolerans/diagnos. Vid förändringar ska ny blankett fyllas i direkt och lämnas till ansvarig för specialkosten i skolrestaurangen.*

Jag samtycker till att kostverksamheten i Borås Stad får behandla personuppgifter enligt PUL.

Datum \_\_\_\_\_ Vårdnadshavares underskrift \_\_\_\_\_ Vårdnadshavares underskrift \_\_\_\_\_

**Specialkost kräver extra insatser. ANMÄL ALLTID FRÅNVARO direkt till skolrestaurangen samt tala om när eleven är tillbaka igen! Tillsammans kan vi underlätta för varandra. Tack på förhand.**