

# Riktlinjer för special- och anpassad kost för förskola och skola i region Jämtland/Härjedalen

I syfte att skapa en trygg och säker måltidshantering för alla barn och elever, sätter kostenheten fokus på att tillgodose behovet för barn och elever som av olika anledningar inte kan äta den ordinarie måltiden. Här följer en översikt över begreppen specialkost och anpassad kost samt hur de implementeras i skol- och förskolemiljöer i region Jämtland /Härjedalen.

## Specialkost

### Medicinska skäl:

Specialkost som är anpassad till ett specifikt sjukdomstillstånd. Vid födoämnesallergi behövs intyg från läkare på Barn- och ungdomsmedicin, Östersunds Sjukhus. Intyget för födoämnesallergi är giltigt i 1,5 år om inte annat anges på intyget. Vid celiaki behövs intyg från läkare på Barn- och ungdomsmedicin, Östersunds sjukhus. Intyget har ingen tidsbegränsning då glutenfri kost är en livslång behandling vid celiaki. Ansökan om glutenfri kost ska ändå göras inför varje läsår och tidigare läkarintyg skall bifogas vid ansökan.

Vid laktosintolerans, överkänslighet och korsallergier behövs ej läkarintyg, men ansökan görs av vårdnadshavare till respektive kommun. Undantag är barn i förskolan som behöver laktosfri kost, då krävs ett intyg från läkare på Barn- och ungdomsmedicin vid Östersunds sjukhus.

### Etiska skäl:

För specialkost av religiösa, etiska eller kulturella skäl, kan man välja mellan olika alternativ som fri från fläsk och blodmat, vegetarisk kost och vegansk kost. Köken kan inte garantera att den veganska kosten täcker alla näringsbehov enligt riktlinjerna, där ligger ansvaret på vårdnadshavare.

### Anpassad kost:

Anpassad kost är för individer med behov som ligger utanför riktlinjerna för specialkost. Det kan bero på neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, olika typer av ätstörningar, svårigheter med ät- och sväljrörelser eller andra medicinska diagnoser.

Anpassad kost kan också innebära att förändringar i maträtter och måltidsmiljön kan krävas för att möta individuella behov.

I samarbete med Östersunds sjukhus, rekommenderas att man följer de angivna stegen nedan inför en anpassad kost. Vid steg 3 kompletteras med ett läkarintyg för 1,5 år om inte annat anges på intyget, alternativt pågående utredning hos skolhälsovården

och skolläkare. I vissa enkla fall kan en sjuksköterska på BUP skriva under ett intyg som styrker att ADHD-medicinering kan påverka aptiten.

Steg 1: Måltidsmiljön, ansvaras av rektorer tillsammans med skolhälsovården (om barnet /eleven inte äter börjar man här).

Steg 2: Oblandad mat (lika som på matsedeln) Måltiderna serveras med separerat innehåll för att försöka möta både näringskraven och de individuella behoven hos dessa barn och elever.

Steg 3: Anpassad kost (sista steget) För att främja en varierad och näringsriktig kost bör matsedeln för den anpassade kosten kompletteras med tillbehör från salladsbordet.

Skolor och förskolor arbetar aktivt för att möta alla barn och elevers behov genom specialkost och anpassad kost. Ansökningar och uppföljning av ytterligare behov görs i samråd med vårdnadshavare, skolhälsovården och kostenheten för att säkerställa en trygg och mångsidig matmiljö för alla barn och elever.

Om barnet eller eleven inte äter den specialanpassade kosten under en tvåveckorsperiod, så kontaktas vårdnadshavarna varefter den upphör.

Alla barn och elever med behovsanpassad kost är alltid välkomna att äta av maten som erbjuds i den vanliga serveringen, då målet alltid ska vara att främja en varierad och allsidig kost i samvaro med andra.



Bergs kommun  
Bierjen tjelte



Bräcke kommun



HÄRJEDALENS  
KOMMUN  
HERJEDAELIEN TJIELTE



Krokoms kommun  
KROKOMEN TJIELTE



Ragunda kommun



Strömsunds kommun  
Straejmien tjelte



ÅRE  
KOMMUN



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN  
STAAREN TJIELTE