



Dokumenttyp:	Riktlinje
Beslutad av:	Barn- och utbildningsnämnden
Gäller för:	Barn och elever i förskola och skola
Giltig från och med:	2023-06-01
Dokumentansvarig:	Måltidschef
Senast reviderad:	2023-06-01

---

## **Riktlinje för specialkost och anpassade måltider i förskola och skola**

Inom begreppet specialkost ryms behov av avvikelse från normalkosten på grund av sjukdomar, matallergi och/eller andra överkänslighetsreaktioner. Huvudsyftet med specialkost är att säkerställa tillgång till säker kost för de som har medicinskt behov av kostbehandling. Det är viktigt att barn och elevers eventuella behov av specialkost utreds och att diagnos fastställs. Målsättningen är att livsmedel ska undvikas endast i den utsträckning som är nödvändig.

Vid behov av specialkost som gäller för sjukdomar, matallergi och/eller andra överkänslighetsreaktioner krävs ansökan via e-tjänst och ett giltigt intyg från hälso- och sjukvården.

### **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 där cirka 85 % av barnen vuxit ifrån sin mjölk- eller äggallergi innan skolåldern. Det är därför viktigt att regelbundet undersöka om allergin vuxit bort. Det är 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.

Skolans lokaler är fria från jordnötter, nötter, mandel och sesamfrö men det är viktigt att ansöka om specialkost för barn och elever med allergi för dessa livsmedel. Ansökan görs via E-tjänst och intyg från hälso- och

sjukvården eller kopia från journalblad ska bifogas. Detta för att kunna säkerställa att inga livsmedel med märkning ”spår av” serveras.

Barn/elever med diabetes typ 1 ska också ansöka om specialkost och lämna ett intyg från hälso- och sjukvården även om det ordinarie måltidsutbudet fungerar. Detta för att kunna erbjuda det stöd som behövs.

### **Ansökan om specialkost för sjukdomar, matallergi och/eller andra överkänslighetsreaktioner går till så här**

Ett intyg utfärdat av hälso- och sjukvården, läkare eller dietist behövs. Intyget från hälso- och sjukvården ska förnyas för barn i förskolan varje år och för elever i skolan gäller förnyat intyg från hälso- och sjukvården var tredje år eller vid ny eller förändrad diagnos\*. Undantag gäller för barn och elever med celiaki och diabetes typ 1.

Ansökan görs sedan på kommunens hemsida via e-tjänst och ska 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.

Finns en handlingsplan vid kraftig allergisk reaktion för barnet/eleven ska denna bifogas ansökan och även kommuniceras med BVC respektive elevhälsan. Handlingsplanen tillhandahålls av behandlande läkare.

*\*fokus ska vid uppföljning ligga på hur allergin eller överkänsligheten utvecklats, inklusive om den minskat eller helt försvunnit – och inte på att endast förnya själva läkarintyget.*

### **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. Det är ovanligt att personer med korsallergi reagerar på värmebehandlade livsmedel. För personer med korsallergi brukar allergin förvärras under pollensäsongen. Korsallergier ger sällan allvarliga besvär. Vid lindrig överkänslighet plockas livsmedlet bort från tallriken och ersätts inte med något annat. Ansökan i e-tjänst ska göras inför varje läsår men intyg från hälso- och sjukvården behöver inte bifogas om det saknas ett sådant.

### **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 även 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 med elevhälsan ska alltid ske. 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 men inte för elever i grundskolan eller elever på gymnasiet.

Vegansk mat tillhandahålls och ansökan i E-tjänst krävs inför varje läsår. Vårdnadshavare eller myndig elev har eget ansvar att dygnets övriga måltider innehåller kosttillskott och berikade livsmedel i sådan utsträckning att ett tillräckligt totalt näringsintag säkerställs.

### **Laktosintolerans - Laktosreducerad kost**

Laktosintolerans är inte en sjukdom utan en ärftlig oförmåga att bryta ner laktos. Tillståndet är ofarligt men kan vara obehagligt. Laktosintolerans hos barn före fem års ålder är mycket ovanligt. Laktosintolerans får inte förväxlas med mjölkproteinallergi. De flesta personer med laktosintolerans tål 12 gram laktos dagligen. I Eksjö kommuns måltidsverksamhet används 3-gramsgränsen. Det innebär att mängden laktos i en portion av en viss maträtt får uppgå till max 3 gram. Dryck är ej inräknad. Ansökan för laktosreducerad kost krävs men däremot inget intyg från hälso- och sjukvården.

Om normalkosten ligger under 3-gramsgränsen behöver ingen specialkost erbjudas.

Dagar då normalkosten ligger över 3-gramsgränsen ska laktosintoleranta matgäster erbjudas ett måltidsalternativ som ligger under 3-gramsgränsen. Exempel på mjölkrika rätter är stuvningar, såser, pannkakor, risgrynsgröt och redde 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 utbildningssektorn.

### **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](http://sjalvservice.eksjo.se)