



Specialkost och anpassade måltider inom grundskola, anpassad grundskola, gymnasium och anpassat gymnasium

Informationen på denna sida avser elever inom grundskola och anpassad grundskola samt gymnasium och anpassat gymnasium inom Lunds kommun.

För specialkost och anpassad måltid inom förskolan, kontaktar du ditt barns förskola.

Specialkost

Erbjuds till elever som av medicinska skäl inte kan äta den mat som serveras, till exempel vid allergi eller överkänslighet. Ansöka ska i många fall styrkas med ett intyg från sjukvården eller ett utdrag ur journal.

Jordnöt, nöt, mandel och sesamfrö

I Måltidsservice kök inom grundskola och gymnasium får det inte finnas jordnötter, nötter, mandel eller sesamfrö. Vissa livsmedel innehåller spår av dessa, men serveras inte till matgäster som anmält allergi mot dessa. Det är därför viktigt att ansökan om specialkost lämnas in. Måltidsservice har ingen kännedom om det finns nötter i skolans övriga lokaler.

Laktosintolerans

Vi erbjuder en laktosreducerad meny som innehåller under 3 g laktos per portion. Läs mer under Laktosreducerad kost.

Anpassad måltid

En anpassad måltid är avsedd för elever som på grund av olika funktionshinder inte kan tillgodogöra sig behovet från ordinarie måltid, exempelvis vid neuropsykisk funktionshinder (NPF).

Ansökan om anpassad måltid görs direkt till skolan.

I första hand görs en översyn av måltidssituationen och därefter kan oblandad mat eller en rullande veckomatsedel komma att erbjudas.

Observera att den anpassade måltiden **inte** har ett näringsmässigt säkerställt innehåll.

Vi ser positivt på att barn och elever med behovsanpassad måltid väljer att äta av den ordinarie serveringen.

Anpassade måltider för religiösa eller etiska skäl

Varje dag serveras ett lakto-ovo-vegetariskt alternativ, och du behöver inte ansöka om denna kost.

Du behöver ansöka om vegansk mat. För detta skäl behövs inget läkarintyg. Ansökan godkänns automatiskt och skolpersonalen får normalt informationen två arbetsdagar efter att ansökan godkänts.

Det är vårdnadshavare eller myndig elev, och inte skolan, som ansvarar för att komplettera maten med kosttillskott och berikade livsmedel i sådan utsträckning att ett tillräckligt totalt näringsintag säkerställs.

Ansökan om anpassad måltid

Vårdnadshavare eller elev kontaktar aktuell skola för att inleda samtal om anpassad måltid.

För *vegetarisk kost* i skolan behöver ingen ansökan göras (undantag om eleven har en allergi eller är i behov av anpassad måltid). Däremot får du gärna meddela köket så att rätt mängder kan tillagas.

Ansökan om anpassad måltid i form av *vegansk kost* görs via kommunens e-tjänst (se under E-tjänst för ansökan).

Ansökan om specialkost

Via kommunens e-tjänst kan du ansöka om specialkost samt avsluta en befintlig ansökan.

Ansökan kan göras vid behov av:

- specialkost av medicinska skäl (vid allergi eller överkänslighet mot födoämnen)
- laktosreducerad kost

Måltidsservice erbjuder inte specialkost för någon form av så kallad diet.

Intyg

Ett intyg eller journalkopia hjälper oss att säkerställa att vi har rätt information om barnets/elevens behov och ska i vissa fall bifogas med ansökan. Det går bra att bifoga ett foto av intyget/journalen, bara det är tydligt att läsa.

Intyg eller journalkopia, där aktuellt behov framgår, ska bifogas till ansökan vid

- allergi mot flera olika ämnen
- luftburen allergi
- kraftiga reaktioner på enskilt livsmedel

- celiaki eller behov av glutenfri kost
- vetestärkelseallergi
- sojaallergi

Ansökningar utan intyg kommer att avslås.

Är eleven under utredning erbjuder vi specialkost under en utredningsperiod.

Eftersom behovet av specialkost och anpassad måltid kan förändras behöver intyg uppdateras regelbundet. Nytt intyg ska bifogas vid förändrade behov, exempelvis om en allergi växer bort. Många allergier växer bort under barndomen och bör därför följas upp regelbundet för att mat inte utesluts i onödan.

Intyg för celiaki är däremot livslångt.

Om eleven inte har en diagnostiserad allergi

Om vårdnadshavare misstänker en allergi/överkänslighet, men inget medicinskt underlag finns kan kontakt tas med elevhälsan eller med vården för utredning och bedömning.

Gäller ansökan under en utredningsperiod är det viktigt att i ansökan ange önskat stoppdatum. Om andra livsmedel ska uteslutas under en ny testperiod ska en ny ansökan göras.

Ny ansökan

Vid nytt eller förändrat behov av specialkost eller anpassad måltid görs en ansökan i länken nedan.

Viktigt! Är ansökan en förändring eller komplettering av tidigare ansökan ska alla aktuella allergier uppges i ansökan samt medicinskt underlag som styrker detta.

Du som ansöker om specialkost ansvarar för att prata med personal på skolan om aktuell allergi, överkänslighet eller särskilda behov kring måltiden.

Om ansökan beviljas kommer den ansökta kosten att börja serveras inom 2 veckor. Avslås ansökan får du en återkoppling om det.

Beviljad kost som utan anledning inte hämtats ut under en 14-dagarsperiod kommer att avslutas.

Laktosreducerad kost

Från höstterminen 2024 erbjuds en laktosreducerad meny vid laktosintolerans. Det innebär att den som är laktosintolerant kan äta från ordinarie meny de flesta dagar.

En laktosreducerad meny innebär att en måltid innehåller mindre än 3 gram laktos per portion. De dagar ordinarie meny innehåller mer än 3 gram laktos per portion erbjuds ett mjölkfritt alternativ. Exempel på maträtter som kan innehålla större mängd laktos är pannkaka, lasagne och mjölkbaserade gratänger och soppor.

Laktosfri dryck finns alltid till måltiderna.

Inget intyg krävs för laktosreducerad kost, men däremot om du behöver helt mjölkfri kost.

Om laktosintolerans

Laktosintolerans innebär en minskad förmåga att bryta ner mjölksocker (laktos). Intag av för stora mängder laktos kan därför ge symtom som gaser, diarré och magont. och beror på minskad produktion av enzymet laktas i tarmen som har till uppgift att bryta ner mjölksocker.

Vid ärftlighet för laktosintolerans sjunker oftast produktionen av laktas under skol- och ungdomsåren. Laktosintolerans kan också uppstå vid en tarminfektion, vid obehandlad celiaki (glutenintolerans) som skadar tarmslemhinnan. När tarmen läker kommer oftast förmågan att bryta ner mjölksockret tillbaka.

Varför erbjuder vi en laktosreducerad måltid?

Den här förändringen gör att den som är laktosintolerant ofta kan äta av ordinarie måltid.

Forskning visar att de flesta med laktosintolerans kan tolerera upp till 12 g laktos per dag och att det för de flesta är en fördel att tillföra en mindre mängd laktos via kosten då det upprätthåller produktionen av laktas.

Att helt sakna laktas är extremt ovanligt, och drabbar enbart ett fåtal i världen.

Individuell känslighet

Hur mycket laktos som tolereras är individuellt. Eftersom 3-gramsgränsen utgår ifrån en normalportion, behöver det tas i beaktande vid intag av större portioner. Anpassning kan behöva göras genom att ta mindre av den komponent man innehåller laktos och mer av någon annan.

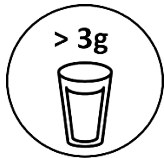
Skillnad mellan laktosintolerans och mjölkproteinallergi

Det är viktigt att inte blanda ihop laktosintolerans med mjölkproteinallergi. Vid mjölkproteinallergi är det proteinet i mjölk som ger en allergisk reaktion. Reaktionen kan komma från hela kroppen allt från nässelutslag till en allvarlig allergisk reaktion. Alla mjölkprodukter behöver då uteslutas från kosten till skillnad från vid laktosintolerans.

Måltidsservice ansvarar för att:

- den laktosreducerade maten innehåller mindre än 3 gram laktos/portion
- det serveras mjölkfri kost de dagar måltiden överstiger 3 gram laktos/portion
- märka upp maten i restaurangerna de dagar måltiden innehåller mer än 3 gram laktos/portion.

Maträtter som innehåller över 3 gram laktos per portion märks upp med symbol för laktos:



Laktos

Pedagogiska måltider

För medarbetare som serveras pedagogiska måltider i verksamheten gäller samma regler för specialkost som för elever, det vill säga att läkarintyg krävs för att styrka behovet av specialkost.

E-tjänst för ansökan

Via vår e-tjänst kan du ansöka om:

- Specialkost
- Laktosreducerad kost
- Vegansk mat

Saknar du e-legitimation eller är pedagog?

Om du inte har giltig e-legitimation eller arbetar som pedagog inom skolan, kan du använda dig av en fysisk ansökningsblankett. Kom ihåg att bifoga medicinskt underlag som styrker behovet av specialkosten.

Kontakt

För frågor, kontakta:

E-post: specialkost@lund.se

Telefon: 046-359 50 00 (Medborgarcenter)