

Selvitys erityisruokavaliosta

1

Lomakkeen tiedot tulee päivittää sitä mukaan kun ruokavalio muuttuu (maksimissaan 6 kk:den välein).

Ruokailijan perustiedot	Nimi	Syntymäaika
	Päivähoito / koulu	Ryhmä / luokka
	Huoltajan nimi	Puhelinnumero
	Mikäli käytössä on vain harvoja ruoka-aineita käytetään lomaketta "käytössä olevat ruoka-aineet"	Erityisruokavaliota noudattavan poissaoloista on ilmoitettava aina ajoissa ruoan valmistavaan keittiöön.
Erityisruokavaliot (täytä vain ruokavaliioon kuuluvat kohdat)	<input type="checkbox"/> Vähälaktoosinen ruokavalio <input type="checkbox"/> Laktoositon ruokavalio	
	<input type="checkbox"/> Maidoton ruokavalio Korvaava maito: _____	
	<input type="checkbox"/> Diabetes (diabeetikot tuovat oman ateriasuunnitelman)	
	Keliakia <input type="checkbox"/> Sietää kauraa <input type="checkbox"/> Ei siedä kauraa <input type="checkbox"/> Luontaisesti gluteiiniton	
	Vilja-allergia <input type="checkbox"/> Sietää vehnää <input type="checkbox"/> Sietää ruista <input type="checkbox"/> Sietää ohraa <input type="checkbox"/> Sietää kauraa <input type="checkbox"/> Sietää riisiä <input type="checkbox"/> Sietää maissia <input type="checkbox"/> Sietää hirssiä <input type="checkbox"/> Sietää tattaria <input type="checkbox"/> Sietää _____ <input type="checkbox"/> Sietää _____	
	<input type="checkbox"/> Kasvisruokavalio (lakto-ovovegetaarinen) Lisäksi syö <input type="checkbox"/> Kalaa <input type="checkbox"/> Broileri / kalkkuna	
	Uskonnolliset ja eettiset syyt <input type="checkbox"/> Ei sianlihaa <input type="checkbox"/> Ei veriruokia <input type="checkbox"/> Ei naudanlihaa <input type="checkbox"/> Ei broileria <input type="checkbox"/> Ei makkaraa	
Vältettävät ruoka-aineet (täytä vain ruokavaliioon kuuluvat kohdat)	Kananmuna <input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Ei siedä kokonaisena (paistettu / keitetty) <input type="checkbox"/> Sietää ruuassa	
	Herne / papu	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Lanttu	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Palsternakka	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Paprika	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Porkkana	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Selleri	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Tomaatti	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Ananas	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Banaani	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Kiivi	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä
	Kirsikka	<input type="checkbox"/> Ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> Sietää kypsennettynä

Vältettävät ruoka-aineet (täytä vain ruokavalioon kuuluvat kohdat)	Luumu	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä					
	Mansikka	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä					
	Omena	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä					
	Persikka	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä					
	Päärynä	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä					
	Sitruhedelmät	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Hunaja	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Kaakao	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Manteli	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Pähkinä	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Soija	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Suklaa	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
	Kala	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä					
		<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä					
	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää kypsennettynä						
	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä						
	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä						
	<input type="checkbox"/>	Ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	Sietää vähäisiä määriä						
Vältettävät mausteet (täytä vain ruokavalioon kuuluvat kohdat)	<input type="checkbox"/>	Chili	<input type="checkbox"/>	Curry	<input type="checkbox"/>	Inkivääri	<input type="checkbox"/>	Kaneli	<input type="checkbox"/>	Korianteri
	<input type="checkbox"/>	Muskotti-pähkinä / -kukka	<input type="checkbox"/>	Persilja	<input type="checkbox"/>	Sinappijauhe	<input type="checkbox"/>	Paprikajauhe	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/>	Cayennenpippuri	<input type="checkbox"/>	Maustepippuri	<input type="checkbox"/>	Mustapippuri	<input type="checkbox"/>	Rosepippuri	<input type="checkbox"/>	Valkopippuri
	<input type="checkbox"/>	Viherpippuri	<input type="checkbox"/>							
Muuta huomioitavaa										
Päivitys (jatkoa aikaisempaan)	Erityisruokavalion aloitusaika					Aikaisemmin todettu <input type="checkbox"/> Lääkäri <input type="checkbox"/> Terveystoimittaja				
	Päiväys					Missä:				
Uusi	Selvityksen erityisruokavalio on sovittu jatkettavaksi _____ asti, minkä jälkeen uusi arvio tilanteesta.					Huoltajan / ruokailijan allekirjoitus				
						Päiväys, allekirjoitus (leima) (lääkäri, terveystoimittaja, ravitsemusterapeutti)				