**Från Kostverksamheten till samtlig personal inom skola/förskola** juni-17

Nedanstående information är till dig som arbetar med barn/elever inom skola och förskola.

**Blankett** samt info om allergikost finns på kommunens hemsida där skolans matsedel ligger. Hänvisa föräldrar till denna så att vi i köken får in rätt och aktuell info om barnens allergier. Nytt from ht-17 är att om barnet/eleven endast dricker laktosfri mjölk (men äter vanlig kost) behöver detta ej anmälas. Köken har alltid några olika mjölkalternativ att erbjuda!

Du som är pedagog och äter tillsammans med barn/elever kan också ta del av den allergikost som tillagas MEN vi behöver veta att du är i behov av det så att inte maten riskerar att ta slut. Enklast är att fylla i en blankett och lämna till tillagningsköket. Observera att köket inte tillhandahåller andra allergikoster än de som redan tillagas till barn/elever.

Viktigt att veta:

Mjölkproteinfri kost = kost helt fri från all mjölk (annars skadas tarmen)

Laktosfri kost = kost fri från laktos dvs mjölksocker

Observera att personer som är laktosintoleranta/överkänsliga ofta tål en viss mängd laktos. För många går mängden som är ***i*** maten bra och det räcker med att dricka laktosfri mjölk ***till*** maten. Tarmen skadas ej om man får i sig laktos, men olika symptom kan förekomma, t ex ont i magen, lös/hård i magen, gaser osv.

Glutenfri kost = kost helt fri från gluten (annars skadas tarmen)  
  
Vi vill inte att det ska vara några oklarheter kring dessa helt olika typer av allergier/överkänsligheter eftersom fel kost till ett allergiskt barn kan få allvarliga konsekvenser. Är du osäker så chansa inte! Extra viktigt är det att tänka på det här i början av en termin då nya barn/elever börjar på en förskola/skola.

Tveka inte att kontakta oss i köken, kan inte personalen i mottagningsköket hjälpa dig så får de vända sig till det kök som tillagar maten.

Och slutligen en påminnelse: meddela alltid frånvaro till köket, allra viktigast är detta när elever/personal med allergikost är frånvarande men också när barn/elever/personal flyttar eller slutar.

**Tack för din hjälp!**

/Åsa Häggström, kostchef