

ANMÄLAN OM SPECIALDIET / ILMOITUS ERITYISRUOKAVALIOSTA

ANMÄLAN OM VEGETARISK MAT / ILMOITUS KASVISRUUASTA

S3-O3

BASUPPGIFTER OM DEN SOM BEHÖVER SPECIALDIET ERITYISRUOKAVALION TARVITSEVAN PERUSTIEDOT	Efternamn/Sukunimi		
	Förnamn/Etunimi	Födelseår /Syntymävuosi	
	Optima adress/osoite	Klass/grupp Luokka/ryhmä	
	Personlig handledare/Henkilökohtainen ohjaaja		
	Vårdnadshavare /Huoltaja	Telefon/ Puhelin	
SPECIALDIETER ERTYISRUOKAVALIOT	<input type="checkbox"/> Diabetes, energinivå / energiataso <hr/>		
	<input type="checkbox"/> Celiaki /Keliakia <input type="checkbox"/> Tål inte havre/ Ei siedä kauraa <input type="checkbox"/> Tål havre / Kaura soveltuu		
	<input type="checkbox"/> Laktosfri /Laktoositon <input type="checkbox"/> Mjölkalergi (mjölkens protein) / Maitoallergia (maitoproteiini) Ersättande mjölkprodukt / Korvaava maitotuote _____		
	Spannmålsallergi /Vilja-allergia <input type="checkbox"/> vete/vehnä <input type="checkbox"/> råg/ruis <input type="checkbox"/> korn/ohra <input type="checkbox"/> havre/kaura <input type="checkbox"/> bovete/tattari <input type="checkbox"/> hirs/hirssi <input type="checkbox"/> annat spannmål /muu vilja <hr/>		
	<input type="checkbox"/> Annan krävande specialdiet, vilken ? / Muu vaativa erityisruokavalio, mikä? <hr/>		
	Om det gäller en krävande specialdiet ska en tydlig lista på råvaror som måste undvikas lämnas till köket. Kun on kyse vaativasta erityisruokavaliosta on jätettävä keittiöön selkeä lista raaka-aineista jotka eivät sovellu		
RÅVAROR OCH KRYDDOR SOM SKA UNDIKAS RAAKA-AINEET JA MAUSTEET JOITA TULEE VÄLTÄÄ	Fisk/Kala	<input type="checkbox"/> tål inte alls/ ei käy ollenkaan	<input type="checkbox"/> tål som tillredd / käy valmistuksessa
	Ägg/Muna	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Tomat/Tomaatti	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Paprika	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Morot/Porkkana	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Kålrot/Lanttu	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Ärter/Herne	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Palsternacka	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Selleri	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som tillredd
	Citrusfrukt/Sitrus	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd / käy säilykkeenä
	Ananas	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd
	Plommon/Luumu	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd
	Melon /Meloni	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd
	Äppel/Omena	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd
	Persika/Persikka	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd
	Päron/Päärynä	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd
	Vindruvor/Rypäle	<input type="checkbox"/> tål inte alls	<input type="checkbox"/> tål som inlagd

RÅVAROR OCH KRYDDOR SOM SKA UNDVIKAS RAAKA-AINEET JA MAUSTEET JOITA TULEE VÄLTÄÄ	<p>Banan/Banaani <input type="checkbox"/> tål inte alls/ ei käy ollenkaan</p> <p>Kivifrukt / Kiiwi <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Jordgubbe/Mansikka <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Mandel/Manteli <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Nötter/Pähkinä <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Kakao <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Choklad /Suklaa <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Honung/Hunaja <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Soja/Soija <input type="checkbox"/> tål inte alls</p> <p>Kryddor som ska undvikas / Mausteet joita vältetään</p> <p><input type="checkbox"/> Curry <input type="checkbox"/> Vitpeppar/ Valkopippuri <input type="checkbox"/> Svartpeppar/Mustapippuri <input type="checkbox"/> Persilja <input type="checkbox"/> Kanel /Kaneli</p> <p><input type="checkbox"/> Chili</p> <p><input type="checkbox"/> Annat, vad? Muu, mikä? _____</p>
VEGETARISK / KASVIS	<p><input type="checkbox"/> Vegetarisk kost (Lakto-ovovegetarisk) / Kasvisruoka (Lakto-ovo)</p> <p>Kan också äta / Voi myös syödä</p> <p><input type="checkbox"/> fisk / kala <input type="checkbox"/> kyckling / broiler</p>
	<p>Kost som grundar sig på religion / Ruokavalio joka perustuu uskontoon</p> <p><input type="checkbox"/> inte griskött /ei sianlihaa <input type="checkbox"/> inte blodmat/ ei veriruokaa <input type="checkbox"/> inte nötkött /ei naudanlihaa</p>
OBS! / HUOM!	<p>Vi kräver inte läkarintyg för vegetarisk mat, men helst skall man vara konsekvent! / Emme vaadi lääkärintodistusta kasvisruuasta, mutta mieluiten tulee olla johdonmukainen!</p> <p>Vi kräver inte läkarintyg för laktosfri mat, men köket måste informeras. / Emme vaadi lääkärintodistusta laktoosittomasta ruuasta, mutta keittiölle pitää ilmoittaa.</p>
	<p>Senaste tidpunkten då sjukdom/överkänslighet konstaterats, datum på läkarintyget / Viimeisin päivämäärä kun sairaus/ yliherkkyys todettu, päivämäärä lääkärintodistuksessa.</p> <p>_____</p> <p><input type="checkbox"/> Läkarintyg bifogat /Liitteenä lääkärintodistus <input type="checkbox"/> Individuella kostanvisningar bifogade / yksilölliset ruokavaliot liitteenä</p>
	<p>Annat anmärkningsvärt/ muuta huomautettavaa</p>
ÄNDRINGAR I DIETEN / MUUTOKSET RUOKAVALIOSSA	<p>Meddela köket om dieten förändras! / Ilmoita keittiöön jos ruokavalio muuttuu!</p> <p>Eftersom specialmatportioner tillreds separat ska köket alltid meddelas om frånvaro! / Koska erityisruokavalio valmistetaan erikseen tulee poissaolo aina ilmoittaa keittiölle!</p>
UNDERSKRIFT / ALLEKIRJOITUS	<p>Datum /Päivämäärä _____ Vårdnadshavarens underskrift / Huoltajan allekirjoitus _____</p>