

Erityisruokavaliot varhaiskasvatuksessa ja perus- sekä lukio-opetuksessa

Erityisruokavaliot

Mikäli ruokailija tarvitsee erityisruokavalion terveydellisin, uskonnollisin tai eettisin perustein, tulee erityisruokavaliolomake täyttää huolellisesti ja toimittaa se päiväkodin tai koulun keittiöön viivytyksettä, kuitenkin viimeistään 11.9.2026 mennessä.

- ✓ erityisruokavaliolomake tulee päivittää vuosittain tietojen ja erityisruokavalion tarpeellisuuden tarkistamiseksi. Mikäli erityisruokavalion tulee muutoksia, tulee niistä ilmoittaa keittiöön välittömästi.
- ✓ erityisruokavalio terveydellisin perustein tulee aina todentaa terveydenhuollon ammattilaisen myöntämällä todistuksella tai lausunnolla. Mikäli todistus tai lausunto on toimitettu aiemmin Saimaan Tukipalveluille, ei sitä tarvitse toimittaa uudestaan lomakkeen vuosittaisen päivityksen yhteydessä.

Välipalat terveydellisin perustein

Oikeus maksuttomaan välipalaan edellyttää aina todistuksen, joka kirjoitetaan terveydenhuollossa. Todistus voidaan kirjoittaa tilanteissa, joissa lapsen kasvussa ja kehityksessä havaitaan poikkeamaa. Esimerkiksi neuropsykiatriset haasteet, syömishäiriöt ja diabeteksen hoito saattavat edellyttää säännöllistä syömistä.

Huomioitavaa on, että pelkkä diagnoosi tai tietty lääkitys eivät ole riittäviä perusteita maksuttomalle välipalalle, vaan tarve arvioidaan tapauskohtaisesti esimerkiksi pituuden ja painon kehitystä seuraamalla.

Todistus kirjoitetaan määräaikaisena (pois lukien diabetes).

Todistuksen voi kirjoittaa koululääkäri, kouluterveydenhoitaja, ravitsemusterapeutti tai hoitavan tahon terveydenhuollon ammattilainen.

Erityisruokavaliolomakkeen päivittämisen myötä, myös terveydellisin perustein myönnettävä oikeutus maksuttomaan välipalaan tulee hankkia tai mikäli tarve määräajaksi myönnetylle välipalatodistukselle on edelleen ajankohtainen, tulee todistus / lausunto uusiksi.

Perusruokavaliosta poikkeavat ruokavaliot

Erityisruokavaliot toteutetaan oppilaan ruokavaliosuunnitelman, kiellettyjen ruoka-aineiden listan tai terveydenhuollon ammattilaisen antaman lausunnon tai todistuksen mukaisesti.

Terveydellisin perustein myönnettävien erityisruokavalioiden piiriin kuuluu myös turvaruoka. Turvaruokalausunto annetaan lapsille, joilla on syömispuhmien taustalla voimakasta aistiyliherkkyyttä ruuan suutuntumaan tai makuun, neurokirjon piirteitä, ruokahalua vievä ADHD-lääkitys tai ARFID-syömishäiriödiagnoosi. Diagnoosi ei ole kuitenkaan edellytys turvaruuan saamiseksi.

Lievä valikoiva syöminen ei ole peruste erityisruokavaliolle, vaan perusteena on aina riittämätön ravinnonsaanti koulu- ja päiväkotipäivän aikana.

Mikäli vanhemmilla on huoli lapsen jaksamisesta ja ruokailusta koulu- tai päiväkotipäivän aikana, kannattaa ensisijaisesti olla yhteydessä lapsen opettajaan tai neuvola-/kouluterveydenhoitajaan ja keskustella, minkälaisia järjestelyitä ja tukea lapselle voidaan tarjota.

Huoltajat eivät voi pyytää koulusta tai päiväkodista turvaruokaa ilman terveydenhuollon arviota. Jotta turvaruokaa voidaan koulussa tai päiväkodissa tarjota, tarvitaan lausunto terveydenhuollosta. Turvaruoan suunnitteluun ja toteuttamiseen tarvitaan moniammatillista yhteistyötä, johon osallistuvat huoltajat, varhaiskasvatuksen tai koulun ammattilaiset sekä keittiön henkilökunta.

Todistus turvaruoasta kirjoitetaan aina määräaikaisesti ja lapsen/oppilaan ruokailun kehitystä seurataan säännöllisin väliajoin. Todistuksen lisäksi tehdään suunnitelma, mitä taitoja ja ruokia lapsi/oppilas harjoittelee, jotta ruokavalio saadaan laajenemaan.

Aina ei ole välttämätöntä muuttaa tarjolla olevaa ruokaa, vaan yksilöllisillä järjestelyillä ruokailutilanteessa voidaan tukea lapsen ruokailua. Tavoitteena on, että perusruokavalio soveltuu mahdollisimman monelle sellaisenaan tai pienin muutoksin.

Yhteenveto:

Lomakkeen päivitys:

Erityisruokavaliolomake tulee päivittää vuosittain, jotta tiedot ja ruokavalion tarpeellisuus voidaan tarkistaa. Mahdollisista muutoksista on ilmoitettava keittiöön välittömästi.

Terveydellinen peruste:

Terveydellisistä syistä myönnettävä erityisruokavalio edellyttää aina terveydenhuollon ammattilaisen todistusta tai lausuntoa. Mikäli todistus on jo aiemmin toimitettu Saimaan Tukipalveluille, sitä ei tarvitse toimittaa uudelleen vuosipäivityksen yhteydessä.

Määräaikaiset järjestelyt:

Maksuton välipala sekä turvaruoka ovat määräaikaisia ja erikseen sovittavia järjestelyitä. Ne toteutetaan yhteistyössä varhaiskasvatuksen, koulun, terveydenhuollon ja ruokapalvelujen kanssa.

Kirjaaminen:

Määräaikaisia järjestelyitä ei merkitä erityisruokavaliolomakkeeseen, vaan ne sovitaan erikseen ja edellyttävät asianmukaista todistusta.

Lisätietoa ruokavalioista ja järjestelyistä antavat Saimaan Tukipalveluista:

- ✓ palvelupäällikkö Taina Behm (Lappeenranta, Savitaipale)
- ✓ palvelupäällikkö Tita Porevirta (Imatra, Joutseno, Lauritsala ja Kesämäki)
- ✓ palvelujohtaja Elina Särmälä (koko alue)
- ✓ sähköpostit muotoa: etunimi.sukunimi@saimaantukipalvelut.fi