

Ruokailijan perustiedot	Nimi	Syntymäaika
	Päivähoito/koulu	Ryhmä/luokka
	Huoltaja	Puhelin
Erityis-ruokavaliot	☐ Vähälaktoosinen ruokavalio ☐ Laktoositon ruokavalio ☐ Maidoton ruokavalio ☐ Diabetes Keliakia ☐ sietää kauraa ☐ ei siedä kauraa Vilja-allergia ☐ sietää vehnää ☐ sietää ruista ☐ sietää ohraa ☐ sietää kauraa ☐ sietää riisiä ☐ sietää maissia ☐ sietää hirssiä ☐ sietää tattaria ☐ sietää . ☐ sietää Kasvisruokavalio ☐ lisäksi syö ☐ kalaa ☐ broileri/kalkkuna ☐ maitotaloustuotteita Uskonto ja eettiset syyt ☐ ei sianlihaa ☐ ei veriruokia ☐ ei naudanlihaa ☐ ei broileria ☐ ei makkaraa	
Vältettävät ruoka-aineet	Muna ☐ ei siedä lainkaan ☐ ei siedä kokonaisena ☐ sietää ruoassa paistettuna/ keitettynä Herne/papu ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Lanttu ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Palsternakka ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Paprika ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Porkkana ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Selleri ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Tomaatti ☐ ei siedä lainkaan ☐ sietää kypsennettynä Hunaja ☐ ei siedä lainkaan Kaakao ☐ ei siedä lainkaan Manteli ☐ ei siedä lainkaan Pähkinä ☐ ei siedä lainkaan Soija ☐ ei siedä lainkaan Suklaa ☐ ei siedä lainkaan Kala ☐ ei siedä lainkaan Lisätietoja:	

Vältettävät ruoka-aineet	<table border="0"> <tr> <td>Ananas</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Banaani</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Kiivi</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Kirsikka</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Luumu</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Mansikka</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Persikka</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Päärynä</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>Sitruhedelmät</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> </table>	Ananas	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Banaani	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Kiivi	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Kirsikka	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Luumu	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Mansikka	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Persikka	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Päärynä	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	Sitruhedelmät	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä											
Ananas	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Banaani	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Kiivi	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Kirsikka	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Luumu	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Mansikka	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Persikka	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Päärynä	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Sitruhedelmät	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
Vältettävät ruoka-aineet	<table border="0"> <tr> <td>_____</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ ei siedä lainkaan</td> <td>☐ sietää kypsennettynä</td> </tr> </table> <table border="0"> <tr> <td>☐ Chili</td> <td>☐ Curry</td> <td>☐ Inkivääri</td> <td>☐ Kaneli</td> <td>☐ Korianteri</td> </tr> <tr> <td>☐ Muskottipähkinä/ -kukka</td> <td>☐ Persilja</td> <td>☐ Sinapinsiemen</td> <td>☐ Paprikajauhe</td> <td>☐ _____</td> </tr> <tr> <td>☐ Cayenne-pippuri</td> <td>☐ Maustepippuri</td> <td>☐ Mustapippuri</td> <td>☐ Rosepippuri</td> <td>☐ Valkopippuri</td> </tr> <tr> <td>☐ Viherpippuri</td> <td>☐ _____</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä	☐ Chili	☐ Curry	☐ Inkivääri	☐ Kaneli	☐ Korianteri	☐ Muskottipähkinä/ -kukka	☐ Persilja	☐ Sinapinsiemen	☐ Paprikajauhe	☐ _____	☐ Cayenne-pippuri	☐ Maustepippuri	☐ Mustapippuri	☐ Rosepippuri	☐ Valkopippuri	☐ Viherpippuri	☐ _____			
_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
_____	☐ ei siedä lainkaan	☐ sietää kypsennettynä																																					
☐ Chili	☐ Curry	☐ Inkivääri	☐ Kaneli	☐ Korianteri																																			
☐ Muskottipähkinä/ -kukka	☐ Persilja	☐ Sinapinsiemen	☐ Paprikajauhe	☐ _____																																			
☐ Cayenne-pippuri	☐ Maustepippuri	☐ Mustapippuri	☐ Rosepippuri	☐ Valkopippuri																																			
☐ Viherpippuri	☐ _____																																						
Muu erityinen ruokavalio, mikä?																																							
Muistathan ilmoittaa lapsen ruokavaliomuutoksista keittiöön ja terveydenhoitajalle																																							
Allekirjoitus	<table border="0"> <tr> <td>Erityisruokavalion aloittamisaika</td> <td>toteaja</td> <td>Missä todettu ja milloin</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ lääkäri</td> <td>_____</td> </tr> <tr> <td>_____</td> <td>☐ terveydenhoitaja</td> <td>_____</td> </tr> <tr> <td colspan="3"> </td> </tr> <tr> <td>Päiväys</td> <td colspan="2">Huoltajan/ruokailijan allekirjoitus</td> </tr> </table>	Erityisruokavalion aloittamisaika	toteaja	Missä todettu ja milloin	_____	☐ lääkäri	_____	_____	☐ terveydenhoitaja	_____				Päiväys	Huoltajan/ruokailijan allekirjoitus																								
Erityisruokavalion aloittamisaika	toteaja	Missä todettu ja milloin																																					
_____	☐ lääkäri	_____																																					
_____	☐ terveydenhoitaja	_____																																					
Päiväys	Huoltajan/ruokailijan allekirjoitus																																						