



Utajärven koulu, puh. 050 444 1188 (keittiö)

Kysely oppilaille ja henkilöstölle, jotka käyttävät kouluruokailua

Nimi: _____ Luokka tai ryhmä: _____

ONKO SINULLA ERITYISRUOKAVALIOTA

- ☐ Ei ole mitään erityisruokavaliota
- ☐ Diabetes, tarvitsen välipalat klo: _____
- ☐ Keliakia, eli tarvitsen **täysin** gluteenittoman ruokavalion
- ☐ Kasvisruokavalio (ei lihaa, kanaa, kalaa)
- ☐ Maidoton, eli en siedä myöskään maitoproteiinia ruokavaliossani
- ☐ Laktoositon, minulla tarvitsee olla kaikki ruoka **täysin** laktoositonta
- ☐ Laktoositon, minulla tarvitsee olla **vain ruokajuoma** laktoositonta
- ☐ Vähälaktoosinen, voin siis syödä Into-vähälaktoosisia ja HYLÄ- vähälaktoosisia tuotteita.

Lisätietoja / Tarkennusta:

ONKO SINULLA MITÄÄN RUOKA-AINEALLERGIOITA

- ☐ Ei ole mitään
- | | |
|--|---|
| ☐ Kananmuna, kaikissa muodoissaan | ☐ Kananmuna, vain näkyvässä muodossa |
| ☐ Tomaatti → | ☐ Tuore ☐ Kaikissa muodoissa |
| ☐ Paprika → | ☐ Tuore ☐ Kaikissa muodoissa |
| ☐ Porkkana → | ☐ Raaka ☐ Kaikissa muodoissa |
| ☐ Omena → | ☐ Tuore ☐ Kaikissa muodoissa |
| ☐ Päärynä → | ☐ Tuore ☐ Kaikissa muodoissa |
| ☐ Sitruhedelmät → | ☐ Tuore ☐ Kaikissa muodoissa, myös mausteena ja mehuina |
| ☐ Banaani | |
| ☐ Kiiwi | |
| ☐ Pähkinä | |
| ☐ Suklaa, Kaakao | |
| ☐ Hunaja | |
| ☐ Kaneli | |
| ☐ Kala | |
| ☐ jokin muu, mikä? _____ | |
| ☐ _____ | |

Lisätietoja / Tarkennusta:

Vastatkaa kysymyksiin asiallisesti, koska keittiö toimii tässä annettujen tietojen mukaan. Erityisruokavaliot

löytyvät ruokasalin ensimmäisestä tarjoilulinjastosta. Kansissa merkinnät kenelle kuuluu. Noudata antamiasi tietoja ja ilmoita mahdollisista muutoksista keittiölle.

Mikäli sinulla on jokin erityisruokavalio, toimitathan terveydenhoitajan tai lääkärin todistuksen siitä keittiölle.

Terveisin, keittiön henkilökunta