

- Ilmoitus erityisruokavaliosta
 Ilmoitus uskonnollisiin syihin perustuvasta ruokavaliosta
 Ilmoitus kasvisruokavaliosta

RUOKAILIJAN PERUSTIEDOT	Sukunimi _____
	Etunimi _____ Syntymävuosi _____
	Luokanvalvoja _____ Luokka/ryhmä _____

ERITYIS-RUOKAVALIOT	<input type="checkbox"/> Diabetes
	<input type="checkbox"/> Vähälaktoosinen
	<input type="checkbox"/> Laktoositon
	<input type="checkbox"/> Maitoallergia (maidon proteiini) Korvaava tuote _____
	<input type="checkbox"/> Keliakia <input type="checkbox"/> ei siedä kauraa <input type="checkbox"/> sietää kauraa
	Vilja-allergia <input type="checkbox"/> vehnä <input type="checkbox"/> ruis <input type="checkbox"/> ohra <input type="checkbox"/> tattari <input type="checkbox"/> hirssi <input type="checkbox"/> muu vilja <input type="checkbox"/> kaura
<input type="checkbox"/> kasvisruokavalio (lakto-ovovegetaarinen) lisäksi syön	
<input type="checkbox"/> kalaa <input type="checkbox"/> broileria/kalkkunaa	
uskontoon perustuva ruokavalio	
<input type="checkbox"/> ei sianlihaa <input type="checkbox"/> ei veriruokia <input type="checkbox"/> ei naudanlihaa	

VÄLTETTÄVÄT RAAKA- AINEET	Kala	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan
	Muna	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan
	Tomaatti	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> sietää kypsennettynä
	Paprika	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> sietää kypsennettynä
	Porkkana	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> sietää kypsennettynä
	Lanttu	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> sietää kypsennettynä
	Herne/papu	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> sietää kypsennettynä
	Palsternakka	<input type="checkbox"/> ei siedä lainkaan <input type="checkbox"/> sietää kypsennettynä

VÄLTETTÄVÄT RAAKA- AINEET	Selleri	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää kypsennettynä
	Sitruhedelmät	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää säilykkeenä
	Ananas	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää säilykkeenä
	Luumu	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää kypsennettynä
	Omena	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää kypsennettynä
	Persikka	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää säilykkeenä
	Päärynä	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää säilykkeenä
	Viinirypäle	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää säilykkeenä
	Mansikka	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää kypsennettynä
	Banaani	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan	<input type="checkbox"/>	sietää kypsennettynä

VÄLTETTÄVÄT MAUSTEET	Manteli, pähkinä	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan		
	Kaakao, suklaa	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan		
	Soija	<input type="checkbox"/>	ei siedä lainkaan		
	<input type="checkbox"/> Curry	<input type="checkbox"/>	Korianteri	<input type="checkbox"/>	Muskottipähkinä/-kukka
	<input type="checkbox"/> Valkopippuri	<input type="checkbox"/>	Mustapippuri	<input type="checkbox"/>	Maustepippuri
	<input type="checkbox"/> Paprikajauhe	<input type="checkbox"/>	Sinapinsiemen	<input type="checkbox"/>	Inkivääri
	<input type="checkbox"/> Chili				
	<input type="checkbox"/> Muu, mikä?				

MUUTOKSET RUOKA- VALIOSSA	<p>Jos erityisruokavalioosi tulee muutoksia, ilmoita niistä keittiöön.</p> <p>Ilmoita aina keittiöön poissaolostasi, koska ruoka-annoksesi valmistetaan erikseen</p>
--	--

ALLEKIRJOITUS JA PÄIVÄYS	_____
---------------------------------	-------