Information om specialkost

Här ger Livsmedelsverket vägledning om hur kraven i lagstiftningen kan uppnås. Vägledningen är inte bindande och utesluter inte andra sätt att uppfylla kraven.

På den här sidan hittar du fakta om vad som särskilt gäller för den information som ska kunna lämnas om specialkost som serveras i skola, vård och omsorg.

Vad gäller för specialkost?

Verksamheter, som till exempel skola, vård och omsorg, är skyldiga att tillhandahålla mat till de som har allergi, celiaki (glutenintolerans) eller annan överkänslighet.

Specialkost är enligt Socialstyrelsens termbank kost som är anpassad till ett visst sjukdomstillstånd.

Termbank - Socialstyrelsen

Diskrimineringsombudsmannen

Vilka ”fri från”-livsmedel avses?

De viktigaste faktorerna för att förhindra allergiska reaktioner är att de som ansvarar för maten har tillräcklig kunskap om allergi och överkänslighet, läser ingrediensförteckningarna noggrant, använder råvaror som inte innehåller aktuellt allergen, informerar rätt, serverar rätt mat till rätt person och separerar hanteringen så att kontaminering av specialkosten med aktuella allergener förhindras.

Hantering vid produktion av ”fri från”-livsmedel och specialkost

Om en livsmedelsföretagare har serverat specialkost som har gett upphov till en allergisk reaktion eller överkänslighetsreaktion behöver det utredas så att det inte sker igen. Livsmedelsföretagaren kan behöva informera sin behöriga kontrollmyndighet. Se artikel 19, punkt 3 i förordning (EG) nr 178/2002.

Avvikelsehantering vid tillverkning av ”fri från”-livsmedel och specialkost

Samma gränsvärden som gäller eller tillämpas för ”fri från”-livsmedel gäller även specialkost.

Gränsvärden för ”fri från”-livsmedel och specialkost

Specialkost och anpassade måltider i vård, skola och omsorg

Nationella riktlinjer för måltider i förskolan

Nationella riktlinjer för måltider i skolan

Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen

Information om specialkost

Avgörande för att specialkosten ska vara säker för dem som är allergiska eller överkänsliga är att rätt information lämnas. Det är ofta många personer inblandade i de olika stegen, från mottagning av råvaror till servering eller utskick, och maten får inte förväxlas. Det är viktigt att alla inblandade har kunskap om den aktuella allergin och kan förstå skillnaden i konsekvenser mellan till exempel komjölksallergi och laktosintolerans.

Det ska finnas rutiner för att informera om vem som ska ha vilken slags specialkost. Det kan ske muntligt i små verksamheter där få personer är inblandade, serveringen sker i nära anslutning till köket och om verksamheten kan visa att risk för förväxling inte föreligger. Finns det minsta risk för missförstånd, till exempel om vikarier eller nyanställd personal arbetar, ska rutiner för att märka ut allergeninformationen på behållarna införas.

För att undvika förväxlingar kan det vara nödvändigt att märka behållare som innehåller specialkost och speciallivsmedel på ett tydligt sätt. Det gäller både vid förvaring och när den färdiga specialkosten packas för leverans eller servering. Detta är särskilt viktigt i större och mer komplexa verksamheter, men kan även behöva göras i mindre verksamheter.

Exempel på förvaring av livsmedel som ska användas till specialkost

Ett sätt att bevara märkningen för livsmedel som ska användas till specialkost är att behålla livsmedel i sin originalförpackning om det kan ske på ett hygieniskt sätt. Till exempel behålla glutenfritt knäckebröd eller cornflakes i sin förpackning som sedan placeras så att den inte kontamineras.

När matportioner av specialkost är färdiga bör de omgående märkas eller markeras på annat sätt, så att de når rätt mottagare, till exempel med ”glutenfri”, ”mjölkfri” och/eller med personens namn. Märkningen bör vara beständig, så att inte informationen går förlorad eller förväxlas under fortsatt hantering och distribution.

Märkningen ska sitta på själva behållaren så att den följer med livsmedlet och att maten inte riskerar att förväxlas. Risk för kontamination via sammanblandning av olika kärls lock vid serveringen ska också förebyggas varför det kan vara bra att märkning finns även på kärlen.

Det är nödvändigt att tillräcklig information skickas med när det rör sig om mat som ska serveras någon annanstans eftersom tillagningspersonalen inte är lika lätt tillgänglig för frågor.

Det är viktigt att information om maten till personer med allergi eller överkänslighet sker på ett sätt så inte förväxlingar uppstår. Det ska finnas rutiner för att ge tydlig information när den vanliga maten kan ätas av personer med allergi eller överkänslighet.

Servering av specialkost

Information om personers behov av specialkost vid en förskola/skola eller annan omsorg behöver förmedlas till alla berörda, till exempel inom både servering och kök, för att hanteringen ska bli säker. Det är även viktigt att till exempel pedagoger i förskola och skola får rätt information då de i flera sammanhang är involverade i servering av livsmedel. På motsvarande sätt är kommunikationen viktig mellan vård-, service- och kökspersonal vid ett sjukhus eller boende.

Det är också viktigt med bra rutiner och god kommunikation mellan personal i exempelvis tillagningskök och mottagningskök. Även mottagningskök ska ha rutiner för att hantera specialkost, eftersom delar av en måltid (bröd, dryck och liknande) många gånger tillhandahålls av mottagningsköket.

Det bör till exempel vara tydligt för den som serverar om den ”vanliga” maten även kan serveras till den allergiska personen på grund av att aktuellt allergen inte ingår i maträtten. Detta är särskilt viktigt om specialkost en dag uteblir. Betyder det att den ”vanliga” maten kan serveras den allergiska personen eller betyder det att portionen med specialkost har kommit bort? Vidare bör rutinerna syfta till att rätt person får rätt specialkost och att olika slags specialkost inte förväxlas.

Serveringen är ett kritiskt moment när det gäller mat till barn med allergi eller överkänslighet. Till exempel kan mat som innehåller mjölk eller ost ha råkat serveras till personer med mjölkallergi, eller så kan det vara så att redskap inte har separerats så att maten då har blivit kontaminerad.

Därför är det viktigt att den som hanterar maten har kontroll över att olika slags specialkost inte kontaminerar varandra, exempelvis via serveringsbestick eller lock från kantiner. Vid bufféservering ska den mat som är avsedd för barn med allergi eller överkänslighet placeras så att risken för kontamination minimeras, eller vid behov hanteras separat på annat sätt. Det ska vara tydligt för barnet som är i behov av specialkost om och i så fall vad den kan äta från en bufféservering, inklusive salladsbufféer.

Personal som sitter med vid bordet på en förskola ska få tillräckligt bra information för att kunna se till att rätt mat serveras till rätt barn och att små barn inte plockar i sig mat med allergen från spill på bordet eller från andra barns mat.

Kriterier för vissa ”fri från”-påståenden

För några ”fri från”-påståenden finns vissa kriterier och tolkningar för hur livsmedel med sådana påståenden ska vara sammansatta. Dessa gäller också för specialkost som ska vara fria från aktuellt allergen.

Särskilda kriterier och tolkningar