

Toimipiste _____ Päiväys _____

Ruokailijan nimi _____ Henkilötunnus _____

NEGATIIVILISTA ALLERGISEN RUOKAVALIOSTA (X) ei voi syödä ***TAVALLISIMMIN ALLERGIAA****AIHEUTTAVAT RUOKA-AINEET**

- | raakana | keitettynä |
|---------|--------------------------|
| () | () kananmuna |
| () | () kala / äyriäiset |
| () | () pähkinät, manteli |
| () | () suklaa, kaakao |
| () | () sitrushedelmät _____ |
| () | () mansikka |
| () | () kiivi |
| () | () tomaatti |
| () | () herne, pavut |
| () | () soija |
| () | () selleri |
| () | () paprika |
| () | () hunaja |

MAITOVAALMISTEET

- () äidinmaidonkorvike
 () maito
 () hylamaito
 () laktoositon maitojuoma
 () hapanmaitovalmisteet
 () juusto
 () _____

PERUNA JA KASVIKSET

- | raakana | keitettynä |
|---------|-------------------|
| () | () peruna |
| () | () porkkana |
| () | () maissi |
| () | () kukkakaali |
| () | () parsakaali |
| () | () kurkku |
| () | () kesäkurpista |
| () | () sipulit |
| () | () keräkaali |
| () | () bataatti |
| () | () lanttu |
| () | () nauris |
| () | () punajuuri |
| () | () lehtisalaatti |
| () | () kiinankaali |
| () | () palsternakka |
| () | () _____ |

RASVAT

- () voi
 () margariini
 () maidoton margariini
 () ruokaöljy

LISÄAINEET / MAUSTEET

- ()
 ()

LIHA

- () sika
 () nauta
 () broileri / kalkkuna
 () lammas
 () poro
 () hirvi
 () kokolihaleikkeet
 () makkara _____
 () _____
 () _____

MARJAT JA HEDELMÄT

- | raakana | keitettynä |
|---------|------------------------|
| () | () mustikka |
| () | () vadelma |
| () | () puolukka |
| () | () karpalo |
| () | () viinimarjat, _____ |
| () | () lakka |
| () | () karviainen |
| () | () ruusunmarja |
| () | () omena |
| () | () päärynä |
| () | () persikka |
| () | () luumu |
| () | () aprikoosi |
| () | () ananas |
| () | () banaani |
| () | () viinirypäleet |
| () | () vesimeloni |
| () | () _____ |
| () | () _____ |

VILJAVALMISTEET

- () vehnä
 () ruis
 () ohra
 () kaura
 () riisi
 () hirssi
 () tattari
 () maissi
 () maissitärkkelys
 () gluteenittomat jauhoseokset
 () luontaisesti glut.jauhoseokset
 () perunajauho
 () _____
 () _____

RUOKAVALIO

- () laktoositon *
 () maidoton *
 () gluteeniton *
 () luontaisesti
 gluteeniton *
 () kasvis
 (maito-muna-kasvis)

Syö myös

- () kanaa
 () kalaa

- () diabetes *
 tarvitsee välipalan

- () eettinen _____

- () _____

AIHEUTUVAT OIREET:

- () iho-oire
 () vatsaoire
 () hengenhadistus
 () _____
 () _____

Muuta huomioitavaa:**Korvaavia tuotteita: (jatka tarvittaessa paperin toiselle puolelle)**

RUOKAVALION MUUTTUESSA ON TÄYTETTÄVÄ UUSI LOMAKE. OTA YHTEYTTÄ KEITTIÖÖN. Tietojen antajan nimi ja puhelin tiedot _____

* Liitteeksi terveydenhoitajan- tai lääkärintodistus.