

# SELVITYS ERITYISRUOKAVALIOSTA

Lomakkeen palautus \_\_\_\_\_

|                            |  |             |
|----------------------------|--|-------------|
| Ruokailijan<br>perustiedot | Nimi   | Syntymäaika |
|                            | Leiri  |             |
|                            | Huoltaja   | puhelin     |
| Erityis-<br>ruokavaliot    | <input type="checkbox"/> Vähälaktoosinen ruokavalio <input type="checkbox"/> Laktoositon ruokavalio  |             |
|                            | <input type="checkbox"/> Maidoton ruokavalio   |             |
|                            | <input type="checkbox"/> Keliakia      siedän kauraa <input type="radio"/> en siedä kauraa <input type="radio"/>   |             |
|                            | <input type="checkbox"/> Vilja-allergia      ohra <input type="radio"/> ruis <input type="radio"/> vehna <input type="radio"/> kaura <input type="radio"/>   |             |
|                            | <input type="checkbox"/> Kasvisruokavalio<br>Lisäksi syön:      kalaa <input type="radio"/> broileria <input type="radio"/> maitotaloustuotteita <input type="radio"/> kananmunaa <input type="radio"/>  |             |
| Kielletyt<br>aineet        | <input type="checkbox"/> Uskonto ja muut eettiset syyt<br>ei sianlihaa <input type="radio"/> ei veriruokia <input type="radio"/> ei naudanlihaa <input type="radio"/> ei broileria <input type="radio"/>   |             |
|                            | <input type="checkbox"/> Kananmuna-allergia      ei siedä ollenkaan <input type="radio"/> sietää ruoassa <input type="radio"/>   |             |
|                            | <input type="checkbox"/> Kala-allergia   |             |
|                            | <b>KASVIKSET</b> (jos voit syödä kasviksia esim. keitettynä (kypsänä) kirjoita siitä viivoille)<br><input type="radio"/> herne _____<br><input type="radio"/> porkkana _____<br><input type="radio"/> palsternakka _____<br><input type="radio"/> paprika _____<br><input type="radio"/> selleri _____<br><input type="radio"/> tomaatti _____<br><input type="radio"/> lanttu _____<br><input type="radio"/> kaali _____<br><input type="radio"/> peruna _____  |             |
|                            | <b>MARJAT JA HEDELMÄT</b> (jos voit syödä marjoja esim. keitettynä (kypsänä) kirjoita siitä viivoille)<br><input type="radio"/> mustaherukka _____<br><input type="radio"/> punaherukka _____<br><input type="radio"/> ruusunmarja _____<br><input type="radio"/> sitrushedelmät _____<br><input type="radio"/> ananas _____<br><input type="radio"/> aprikoosi _____<br><input type="radio"/> banaani _____<br><input type="radio"/> luumu _____<br><input type="radio"/> omena _____<br><input type="radio"/> persikka _____<br><input type="radio"/> päärynä _____<br><input type="radio"/> vesimeloni _____<br><input type="radio"/> kiivi _____<br><input type="radio"/> mansikka _____<br><input type="radio"/> mango _____<br><input type="radio"/> _____ |             |

## MAUSTEET

- ☐ cyrry  
☐ kaneli  
☐ persilja  
☐ muskotti  
☐ pippurit  
☐ lihaliemi  
☐ kurkuma  
☐ paprikajauhe

he

**MUUT**

- ☐ pähkinät
- ☐ mantelit
- ☐ siemenet
- ☐ hunaja
- ☐ suklaa
- ☐ kaakao
- ☐ hiiva
- ☐ soija

[illegible]

## DIABETES

- ☐ annostelee itse ruoan
- ☐ tarvitsee annostellun ruoan, liitä mukaan ateriasuunnitelma
- ☐ tarvitsee välipalan

## Alle- kirjoitus

Päiväys \_\_\_\_\_

Huoltajan/ruokailijan allekirjoitus

---

## PERUSTIETOLOMAKE

Rippikoululainen:

Rippikoululaisen nimi: \_\_\_\_\_

Leiri: \_\_\_\_\_

Henkilötunnus: \_\_\_\_\_

Osoite: \_\_\_\_\_

Puhelinnumero: \_\_\_\_\_

Leiriläisen sairaudet ja allergiat ja mahdollinen lääkitys:

---

---

Leiriläisen uimataito: Hyvä \_\_\_\_\_ Kohtalainen \_\_\_\_\_ Ei osaa \_\_\_\_\_

Valokuvaus:

Rippikoululeireillä otetaan kuvia, joista osa julkaistaan nuoren seurakunnan nettisivuilla [www.seuris.net](http://www.seuris.net). Kuvia voidaan käyttää myös esimerkiksi rippikouluesitteissä tai seurakunnan tiedotteissa.

Saako nuoresta ottaa rippikoululerillä valokuvia? Kyllä \_\_\_\_\_ ei \_\_\_\_\_

(Huom! Nuoresta voidaan julkaista kuva, jossa hän on osa ryhmää tai toiminnallista tilannetta.)

Muuta huomioitavaa: \_\_\_\_\_

Leiriläisen vanhempiin tai huoltajaan saa leirin aikana tarvittaessa yhteyden:

Vanhemman / huoltajan nimi: \_\_\_\_\_

Osoite: \_\_\_\_\_

Puhelinnumero: \_\_\_\_\_

Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Rippikoululaisen allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Leiriläinen tuo tämän lomakkeen täytettynä ja allekirjoitettuna mukanaan ennalta määrättyyn päivämäärään mennessä.