



## Tilaus erityisruokavaliosta

päivitetty 7.3.2018

Mikäli sinulla on jokin erityisruokavalio, täytä lomake huolellisesti ja palauta henkilöstöravintolaan.

<b>Ruokailijan perustiedot</b>	Nimi	Puhelinnumero ja sähköposti
	Ravintola	
<b>Erityisruokavalio terveydellisistä syistä</b>	<input type="checkbox"/> Keliakia (ruokavalio sisältää gluteenitonta kauraa) <input type="checkbox"/> Ei siedä gluteenitonta kauraa	
	<input type="checkbox"/> Laktoositon ruokavalio (Makunne ravintoloiden ruoka on vähälaktoosista, joten vähälaktoosista ruokavaliota ei tarvitse ilmoittaa)	
	<input type="checkbox"/> Ruoka-aineallergia, jossa vaikeita oireita	
	Kielletty ruoka-aine	Yleistyneen allergisen reaktion eli anafylaksian vaara
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	_____	<input type="checkbox"/>
	<b>Huom! Lisää allergiaa aiheuttavan ruoka-aineen perään (R), jos aiheuttaa allergiaa vain raakana. Merkitse voiko ruoka-ainetta käyttää mausteena esim. selleri (mausteena käy).</b>	
	<b>Pähkinäallergisen ruokavalio sisältää muskottipähkinää ja kookospähkinää. Mikäli muskottipähkinä tai kookospähkinä ei sovi ruokavalioon, on siitä ilmoitettava erikseen.</b>	
<b>Muu ruokavalio</b>	<input type="checkbox"/> Kasvisruokavalio (sisältää maitoa ja kananmunaa)	
	Lisäksi syön <input type="checkbox"/> Kalaa <input type="checkbox"/> Siipikarjaa	
	<input type="checkbox"/> Sianlihaton ruokavalio	
<b>Muuta huomioitavaa</b>		
Päiväys	Allekirjoitus	

Lisätietoa: Anu Mikkola, ravitsemussuunnittelija, [anu.mikkola@makunne.fi](mailto:anu.mikkola@makunne.fi), 040 482 8299

[www.makunne.fi](http://www.makunne.fi)