



## Kauniaisten kaupungin ohjeistus turvaruusta

Käsitteet:

- **Turvaruoka/luottoruoka:** määräaikainen erityisruokavalio syömisen haasteisiin
- **Erytisruokavalio:** lääketieteellisin syin pysyvä tai pitkäaikainen ruokavalio (esim. keliakia)

### 1. Yleiset periaatteet

Turvaruoka on terveydellisin perustein määräajaisesti myönnettävä erityisruokavalio lapsille ja nuorille, joilla on vakavia syömisen haasteita eikä päiväkodin tai koulun perusateria yksin turvaa riittävää energiansaantia. Turvaruoka tukee lapsen jaksamista ja oppimista, vähentää ruokailutilanteen kuormitusta ja mahdollistaa **ruokavalion hallitun laajentamisen**.

### 2. Soveltaminen

Ohjetta sovelletaan Kauniaisten varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa sekä kaupungin omissa ruokapalveluissa. Turvaruoka ei korvaa lääketieteellisin perustein myönnettyä **erityisruokavaliota** (esim. keliakia, vakava ruoka-allergia), vaan on erillinen määräaikainen tuki.

### 3. Myöntämisperusteet

Turvaruoka myönnetään **vain terveydenhuollon ammattilaisen lausunnon** perusteella. Perusteena on pitkäaikainen, erittäin valikoiva syöminen, joka vaarantaa kasvun, kehityksen tai koulupäivän/varhaiskasvatuspäivän aikaisen jaksamisen. Tyypillisiä taustatekijöitä voivat olla aistiherkkyys, neurokirjon piirteet, ARFID tai jaksamiseen vaikuttava lääkitys.

Huoltajat eivät voi pyytää päiväkodista tai koulusta turvaruokaa ilman Länsi-Uudenmaan Hyvinvointialueen tai erikoissairaanhoidon ravitsemusterapeutin arviota. Yllä mainitut syyt eivät ole automaatio turvaruoan saamiselle, vaan ravitsemusterapeutti tekee arvion aina yksilöllisesti.

### 4. Prosessi

#### 4.1. aloitus ja arvio

1. Huoli lapsen syömisestä herää kotona tai yksikössä → yhteys neuvolaan/kouluterveydenhuoltoon.
2. Terveystenhuolto arvioi tilanteen ja ohjaa perheen / nuoren LUVN ravitsemusterapeutille. Ravitsemusterapeutti kirjoittaa määräaikaisen, enimmillään 6 kk mittaisen turvaruokaa koskevan lausunnon, jos katsoo sen tarpeelliseksi.

Yksityisen ja/tai kunnallisen lääkärin, tai ravitsemusterapeutin lausunto ei kelpaa todistukseksi.

#### 4.2. tilaus ja käyttöönotto

1. Perhe toimittaa turvaruokaa koskevan lausunnon lapsen / nuoren kasvatuksesta ja/tai opetuksesta vastaavan yksikön johtajalle.
2. Yksikön johtaja tekee turvaruokatilauksen ruokapalveluille. Samalla sovitaan turvaruoan koostumus (hiilihydraattisuke, proteiinikomponentti, leipä, kasvis/hedelmä).
3. Ruokapalvelut ohjeistavat yksikön ruokapalveluhenkilöstöä tarjoilukäytännöistä.



#### 4.3. tarjoilu ja seuranta yksikössä

1. Turvaruoka tarjotaan perusaterian rinnalla. Tavoitteena on vähentää kuormitusta ja tukea uusien ruokien kokeilua omaan tahtiin.
2. Turvaruoka järjestetään **huomaamattomasti** ja osana tavallista ateriaa niin, ettei lasta leimata.
3. Jos turvaruoka **jää toistuvasti 2 viikon ajan noutamatta tai syömättä**, arvioidaan tilauksen tarpeellisuus uudelleen yhdessä huoltajien, yksikön vastaavan ja ruokapalveluiden kanssa.

#### 5. Tietosuoja ja tiedonkulku

- Yksiköissä käsitellään vain turvaruuan järjestämisen kannalta tarpeellisia tietoja ja tiedot jaetaan vain niille, jotka osallistuvat lapsen ruokailun järjestämiseen
- Tiedot toimitetaan ruokapalveluille yksikön käytäntöjen mukaisesti (sähköinen erityisruokavalioilmoitus/-tilaus).
- Tietojen ajantasaisuus varmistetaan määräajan päättyessä tai muutostilanteissa (huoltaja/yksikön johtaja).

#### 6. Esimerkkikoostaminen

Turvaruokalistalla on ruokia ja raaka-aineita, joita saa tavanomaisia, ruokapalveluissa käytössä olevia hankintakanavia pitkin. Yleensä tietyn tuotemerkin tuotteita ei pystytä hankkimaan, vaan käytössä on elintarvikesopimuksen mukaiset raaka-aineet ja tuotteet, joita on muutoinkin ruokalistalla.

Tavoitteena on tarjota lapselle päivittäin mahdollisimman täysipainoinen ateria, joka sisältää seuraavat aterian osat:

- hiilihydraattisuke: peruna / perunasose / pitkäjyväinen kaura / täysjyväpasta
- proteiinin lähde: kana / kala / liha / kananmuna / kasviproteiinit kuten pavut, tofu, soijarouhe
- kasviksia selkeinä erillisenä paloina (komponentteine) tai hedelmälisuke
- leipä ja levite, ruokajuoma

**Lisätietoa aiheesta sekä keinoja tukea syömispulmaista lasta:**

**Kotona:**

[10 vinkkiä lapsen nirsoiluun ja valikoivaan syömiseen - Neuvokas perhe](#)

[Ruokakasvatus - Neuvokas perhe Ammattilaiset](#)

[Pienen lapsen syömisongelmat | Mielenterveystalo.fi](#)

**Varhaiskasvatuksessa ja koulussa:**

[Erityinen tuki ruokailutilanteissa - Maistuva koulu](#)

[Ruokakasvatus - Neuvokas perhe Ammattilaiset](#)

[Ruokakasvatus päiväkodissa - Nykytila.fi](#)

[Ruokakasvatus alakoulussa - Nykytila.fi](#)

[Ruokakasvatus yläkoulussa - Nykytila.fi](#)