

Anpassade måltider för hemsända matlådor

Här hittar du information om vilka typer av anpassningar som kan göras för hemsända matlådor.

På menyn som skickas hem till dig kan du själv se vad varje maträtt innehåller. Där framgår det också om måltiden är laktosreducerad (LR), glutenfri (GF) eller lättuggad (LT). På så sätt kan du själv välja maträtter med råvaror som du tycker om och som du kan äta. Observera att detta inte gäller dessert.

Vi anpassar inte innehållet i maträtterna efter individuella önskemål.

Hur anmäler jag min specialkost?

Om du är allergisk mot något livsmedel måste du anmäla det.

Om du är ny som kund anmäler du din specialkost i samband med att du registrerar tjänsten hos biståndshandläggaren.

Om du är befintlig kund ska du ta kontakt med din hemtjänst.

Vilken specialkost kan jag få?

Här hittar du information om vilka anpassningar som erbjuds.

Laktos och gluten

Om du är laktos- eller glutenintolerant väljer du i första hand de rätter på menyn som är laktosreducerade eller glutenfria. De rätter som är markerade med stjärna (*) går att lagas glutenfria, laktosreducerade och även lättuggade. Har du anmält ditt behov så anpassas dessa rätter automatiskt.

Mjölproteinfri kost erbjuds även för den som anmält det. Då anpassar vi rätterna som är markerade som LR.

** Laktosreducerad kost innebär måltider som innehåller mindre än 3 g laktos/måltid som de flesta med laktosintolerans kan äta.*

Vegetariskt

Vi erbjuder vegetariska alternativ för dig som har anmält vegetarisk kost. På menyn ser du vad det vegetariska alternativet är för varje maträtt. Beställer du exempelvis köttbullar med potatismos och gräddsås, kommer du att få ett vegetariskt alternativ till köttbullar.

Den vegetariska kosten som erbjuds är lakto-ovo-vegetarisk, vilket innebär att den kan innehålla mejeriprodukter och ägg.

Konsistensanpassad kost

Är du i behov av konsistensanpassad kost (timbalkost eller flytande kost) anpassas måltiderna som du väljer utifrån dina behov.

Om du behöver lättuggad kost väljer du i första hand de rätter på menyn som är lättuggade (LT) eller markerade med stjärnan (*).

Andra behov?

Om du har någon annan födoämnesallergi ansvarar du själv för att välja rätter som bara innehåller livsmedel som du tål. På baksidan av menyn som skickas hem till dig finns en ingredienslista över vad maträtterna innehåller. Observera att du ändå **alltid behöver anmäla din allergi**. Detta för att ingredienser ibland kan behöva bytas ut med kort varsel.

Vid frågor

Om du har frågor om måltidstjänsten, kontakta biståndshandläggare eller din hemtjänst.