



## Nationaal Schoolontbijt met Coeliakie\_Checklist voor ouders/ verzorgers

**Deze checklist biedt een overzicht van de te nemen stappen om ervoor te zorgen dat uw zoon of dochter met Coeliakie onbezorgd kan meedoen aan Het Nationaal Schoolontbijt 2011. Het schoolontbijt vindt plaats van 1 tot en met 4 november. De checklist is bedoeld voor ouders van kinderen op scholen die actief meedoen aan Het Nationaal Schoolontbijt. Ongeveer een derde van de scholen doet mee. Of uw school ook meedoet kunt u navragen bij de leerkracht.**

### Twee weken van tevoren

1. Vraag na wie er op uw school verantwoordelijk is voor de organisatie van het schoolontbijt, inclusief de eventuele hulpouders op de ochtend zelf.
2. Maak leerkrachten en hulpouders die aanwezig zijn bij het schoolontbijt attent op het glutenvrij dieet van uw zoon/dochter.
3. Spreek af welke leerkracht of hulpouder het eerste aanspreekpunt is voor u en uw kind m.b.t. Het Nationaal Schoolontbijt (NSO).
4. Ga via de site [www.schoolontbijt.nl](http://www.schoolontbijt.nl) na welke belegproducten in de doos zitten. U kunt hier ook een lijst downloaden met daarop alleen de belegsoorten uit het ontbijt die geschikt zijn voor kinderen met coeliakie. Omdat veel kinderen met coeliakie ook een lactose-intolerantie hebben, staat op deze lijst ook informatie over de producten die geschikt zijn voor deze kinderen. NB: ook voor andere veel voorkomende voedselallergieën staan de geschikte belegsoorten in het overzicht.
5. Spreek met uw aanspreekpunt op school af hoe men ervoor kan zorgen dat uw kind het juiste beleg voorgezet krijgt op de dag van het ontbijt. En hoe kruisbesmetting te voorkomen (zie 'Dag zelf').
6. Check of er voldoende schone plastic bakjes op school aanwezig (kunnen) zijn voor het ompakken van het glutenvrije beleg ter preventie van kruisbesmetting.
7. Vraag na welke informatie wordt verstrekt door de leerkrachten aan de leerlingen. Vraag of het mogelijk is om voorafgaand aan het schoolontbijt ook aandacht te schenken aan glutenvrij in de klas van uw zoon of dochter. U kunt de leerkracht bijvoorbeeld de tip geven hiervoor gebruik te maken van de [coeliakie stripposter](#)\*.
8. Print deze checklist uit en ook de checklist voor leerkrachten/hulpouders en geef ze aan de leerkracht en de hulpouder(s). Zo weet u van elkaar wie wat doet!

### Dag van tevoren

1. Vraag leerkracht/hulpouder om medewerking voor de volgende dag. Check of alle voorbereidingen zijn getroffen. Spreek af wie wat doet de volgende dag.
2. Bespreek met uw kind het schoolontbijt en benoem dat er speciaal glutenvrij eten is! Het kind zelf ook extra laten letten op producten met sticker met eigen naam of met herkenbaar plaatje getekend door ouders (als kind niet kan lezen).



### Daag zelf

U en/of de leerkracht/hulpouder:

1. Neem een schaal of dienblad mee waarop de producten voor uw kind komen. Neem ook eigen huishoudfolie mee.
2. Het beleg voor het schoolontbijt wordt geleverd in dozen met hoeveelheden voor 25 kinderen. Haal de belegsoorten geschikt voor uw kind uit een van deze ontbijtdozen en houd deze apart of pak ze om in schone plastic bakjes (zie punt 6 onder 'twee weken van tevoren'). Dit kan met een goede instructie van u ook gedaan worden door de leerkracht of hulpouder:
  - a. Per doos is er 1 kuipje halvarine aanwezig. Er kan vooraf halvarine uit de volle kuip worden "omgepakt". Dit beleg bakje is dan speciaal voor uw kind (en eventueel andere "glutenvrije" kinderen in de klas).
  - b. Van de fruitstroop is er 1 pot per doos. U kunt deze net als de halvarine vooraf ompakken en gebruiken om hier een beetje fruitstroop in te doen voor uw zoon/ dochter.
  - c. Elke doos heeft 4 kuipjes smeerkaas, 1 kuipje kan apart gehouden worden voor uw zoon/dochter.
  - d. De melk en de hagelslag<sup>1</sup> worden "geschonken/gestrooid". Bij deze producten is de kans op kruisbesmetting daardoor minimaal. Uw kind kan hiervan gewoon mee eten met de rest van de kinderen. Ook voor de gekookte eieren geldt een minimaal risico op kruisbesmetting, maar hiervan kunt u er natuurlijk ook gemakkelijk 1 apart houden.
3. Sticker alle relevante producten met plaatje/naam kind.
4. Leg het zelf meegenomen brood samen met het gestickerde beleg op een apart dienblad. Samen met apart gehouden bestek, bord en placemat uit de schoolontbijt doos. Zorg ook voor voldoende schone messen voor het smeerbare beleg. Plak deze eventueel ook aan elkaar met een naamsticker/glutenvrijsticker.
5. Dek de schaal af met huishoudfolie en vraag de leerkracht/hulpouders erop toe te zien dat alleen uw kind (en evt. andere kinderen met coeliakie in de klas) gebruik maakt van deze ontbijtproducten.
6. Zorg ervoor dat de klasverantwoordelijke in het bezit is van uw telefoonnummer, zodat zij u kunnen bereiken bij vragen of problemen.

---

<sup>1</sup> Wordt in een bedrijf verwerkt waar ook tarwe zetmeel wordt verwerkt.