

Checklist

Glutenvrij meedoen met het Nationaal Schoolontbijt

Het Nationaal Schoolontbijt komt eraan! En natuurlijk willen kinderen die glutenvrij moeten eten ook onbezorgd aanschuiven! Doet uw school hieraan mee? Met deze checklist weet u welke stappen u moet nemen om kinderen met coeliakie, dermatitis herpetiformis of glutensensitiviteit ook onbezorgd te laten genieten van een veilig glutenvrij ontbijt. Onder andere van het glutenvrij brood van Bakker Leo, want dat zit ook dit jaar weer in het pakket!

Twee weken van tevoren

1. Maak op uw school een leerkracht verantwoordelijk voor de organisatie van het schoolontbijt voor leerlingen met coeliakie (glutenintolerantie). Dit is de coördinator.
2. De coördinator inventariseert of er bij u op school leerlingen zijn met coeliakie en maakt per klas een lijst van welke producten deze leerlingen wel/niet mogen eten.
3. De coördinator bekijkt op de website uit welke producten Het Nationaal Schoolontbijt bestaat: www.schoolontbijt.nl/ontbijtpakket
4. De coördinator wijst per klas een verantwoordelijke aan die op de dag van het schoolontbijt de juiste producten aan deze kinderen uitdeelt. Dit is de klasverantwoordelijke.
5. De klasverantwoordelijke neemt ruim van tevoren contact op met de ouders/verzorgers van de betreffende leerlingen. Hij of zij bespreekt met hen welke maatregelen nodig zijn om de leerling zo zorgeloos mogelijk mee te kunnen laten doen aan het ontbijt.
6. De klasverantwoordelijke checkt of er voldoende schone bakjes, schaaltes en/of schoteltjes op school aanwezig zijn die gebruikt kunnen worden voor het glutenvrije beleg. Gebruik deze om het risico op kruisbesmetting te verminderen. (Zie 'De dag zelf').
7. Kijk of het mogelijk is om in de weken voorafgaand aan het schoolontbijt (in de klassen waar leerlingen met een glutenvrij dieet zitten) ook aandacht te besteden aan het glutenvrij dieet. Informatie over coeliakie en het glutenvrij dieet vindt u op www.glutenvrij.nl. Via info@glutenvrij.nl kunt u meer informatie, zoals een poster over coeliakie, aanvragen.
8. Zorg dat u vershoudfolie of aluminiumfolie op school heeft.
9. Print deze checklist en geef deze aan de coördinator, klasverantwoordelijke en eventuele (andere) ouders die helpen op de ontbijtdag. Zo weet iedereen van elkaar wie wat doet!



Dag van tevoren

De coördinator checkt bij de klasverantwoordelijken of alle voorbereidingen zijn getroffen. Spreek af wie wat de volgende dag doet.

De dag zelf

Voor de klasverantwoordelijke geldt het volgende:

1. Ieder ontbijtpakket bevat voor 25 kinderen een ontbijt. Dit is inclusief het volkoren brood en eventueel besteld glutenvrij brood.
2. Leg de glutenvrije pakketjes apart en laat de verpakking gesloten.
3. Haal de belegsoorten geschikt voor de leerlingen met coeliakie uit een van deze ontbijtdozen en houd ze apart.
4. Schep deze met schoon bestek over in schone bakjes en/of schaaltes om kruisbesmetting te voorkomen (zie punt 6 onder 'twee weken van tevoren').
 - In iedere doos zitten 1 of meerdere verpakkingen halvarine en beleg. Het is belangrijk dat er vooraf uit de onaangebroken verpakking wat halvarine en beleg in een schoon bakje wordt gedaan.
 - Dek de bakjes af met vershoudfolie of aluminium-folie. Deze bakjes zijn dan bestemd voor de leerlingen die glutenvrij moeten eten.
 - Omdat halfvolle melk, halfvolle yoghurt en thee worden geschonken, zal de kans op kruisbesmetting minimaal zijn. De leerlingen met coeliakie kunnen hier dus gewoon van drinken.
5. Zet alle producten die geschikt zijn voor de leerlingen met coeliakie apart en plak er een sticker op met de tekst 'glutenvrij'.
6. Leg alle glutenvrije producten op een apart schoon dienblad. Zorg voor voldoende schone messen voor het smeerbare beleg.

7. Zorg dat leerkrachten en eventuele hulpouders erop toezien dat alleen de kinderen voor wie het bedoeld is, gebruik maken van deze producten en dat ze ook echt alleen deze producten gebruiken.
8. Zorg ervoor dat klasgenootjes niet met hun vingers aan de glutenvrije producten komen.
9. Zorg ervoor dat klasgenootjes niet met hun mes in het glutenvrije beleg komen. Op die manier kunnen er namelijk toch kruimels in de glutenvrije producten komen en ontstaat er kruisbesmetting.
10. Let op dat het kind met coeliakie niet de boterham of kruimels eet van een kind dat een glutenbevattende boterham eet.
11. Kinderen met coeliakie moeten zeker niet afgezonderd worden tijdens een maaltijd. Een normale sociale omgang is voor het kind van groot belang.


Per ongeluk toch gluten gegeten?

Hierdoor kan de leerling klachten krijgen. Zorg er daarom voor dat de klasverantwoordelijke in het bezit is van het telefoonnummer van de ouders, om hen te kunnen bereiken mochten er vragen of problemen zijn.



Tip!



Meer weten over het glutenvrij dieet? Klik dan op  of kijk op

