



Central Barnhälsovård Västra Götalandsregionen  
2023-06-21 /Uppdaterad 2025-06-03

## Information gällande intyg för specialkost till förskola

**Denna information riktar sig till personal inom förskola eller annan barnomsorg som önskar intyg för specialkost eller anpassad kost.**

Personal på barnvårdscentralerna (BVC) i Västra Götalandsregionen får många förfrågningar och önskemål om intyg för specialkost eller anpassad kost i förskolan. Det kan gälla vid exempelvis allergier, intoleranser och neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF), men även där det inte finns klarlagt någon orsak till, eller omfattning av, barnets begränsning i ätande eller livsmedelsval. I många fall vittnar BHV-personal om att intyg efterfrågas från föräldrar och/eller förskolor och där vården inte nödvändigtvis delar samma syn eller oro för barnets intag eller tillväxt utan ser det som en del av barnens normala variation och utveckling.

### Att servera säker mat

Enligt Skolverket finns det i skolbestämmelserna inget stöd för att kräva intyg för att få specialkost. Huvudmannen har dock ansvar att maten som serveras är säker. Livsmedelsverket beskriver att utifrån ett sådant säkerhetsperspektiv kan det finnas skäl att ta in ett utlåtande/intyg som anger mer exakt vilken typ av kost som ska serveras, hur länge det ska gälla och om det finns en plan för regelbunden provokation eller ambition av återinförande. **Endast de sjukdomstillstånd som går att verifiera objektivt, så som allergier, celiaki och annan överkänslighet mot mat kan intygas av vården** [Nationella rekommendationer för hantering av specialkost och anpassade måltider](#). För att detta ska fungera väl krävs dock samtidigt en förtroendefull samverkan mellan vårdnadshavare/elev och förskola. **Sådana intyg ska dock alltid följa diagnossättande och behandlande enhet vilket aldrig är Barnhälsovården.**

## Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

Det förekommer att barn/elever med NPF har problem med mat och situationer kring måltider. Det kan finnas flera orsaker till utmaningarna och det är viktigt att dessa utreds noga. Anpassningar ska kunna erbjudas utifrån barnets behov och rättigheter snarare än barnets diagnos och kan även behöva göras i väntan på utredning. Även här är det den specialiserade vården som, i samråd med barn, föräldrar och förskola, ansvarar för en individuell plan där anpassningar av kost och måltidsmiljö kan ingå [Måltidsmiljö för barn och elever med NPF](#).

## Önskemål om annan kost av annan anledning

Andelen begärda intyg för anpassad kost, utifrån ett begränsat ätmönster, överstiger det antal barn som kan förväntas ha en NPF-problematik. Vissa barn är försiktiga, eller kräsna, när det kommer till ny mat. Detta kan även sammanfalla med barnens normala utveckling och den neofobiska fas alla barn i olika omfattning genomgår [Barn, smakpreferenser och matvanor](#). Barn med icke åldersadekvat ätande kan behöva hjälp från specialistvård, där tvärprofessionella team kan utreda och behandla ätsvårigheter. I dessa fall kan även förskolan, som har goda möjligheter att följa barnets utveckling, vara en viktig part [Barns matvanor ur ett sensoriskt och pedagogiskt perspektiv](#).

Att utan stöd inskränka och begränsa barnets utbud och tillfällen för exponering av mat är inte gynnsamt för barnet. Utifrån både barn- och folkhälsoperspektiv kan förskolor, med hjälp av pedagogiska måltider och gruppens inverkan, tvärtom uppmuntra en positiv exponering och måltidsmiljö [Broschyr måltidspedagogik Uddevalla](#). **Barnhälsovården skriver inte heller intyg i syfte att begränsa barnets kost.**

Vårdnadshavare och förskola bör samarbeta kring frågan men kan självklart även bolla med BVC vid behov.

- <https://www.kostochnaring.se/vart-arbete/forskola-skola/specialkost-anp-maltider/>
- [https://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar-npf/anpassa-maltider-for-barn-och-elever-med-npf/#att\\_anpassa\\_menyn](https://www.spsm.se/funktionsnedsattningar/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar-npf/anpassa-maltider-for-barn-och-elever-med-npf/#att_anpassa_menyn)
- <https://nutritionsfakta.se/2016/06/10/barn-smakpreferenser-och-matvanor/>
- [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/barns\\_matvanor\\_sensoriskt\\_pedagogiskt\\_perspektiv\\_livsmedelsverket\\_11\\_2016.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/barns_matvanor_sensoriskt_pedagogiskt_perspektiv_livsmedelsverket_11_2016.pdf)
- [https://www.kostochnaring.se/content/uploads/2017/12/Broschyr\\_maltidspedagogik\\_Uddevalla.pdf](https://www.kostochnaring.se/content/uploads/2017/12/Broschyr_maltidspedagogik_Uddevalla.pdf)