

Riktlinje gällande mängd glutenfria produkter per uttag

Föreskrivning av glutenfria produkter baseras alltid på en individuell bedömning utifrån energibehov där hänsyn tas till längd, vikt och fysisk aktivitet. Riktlinjen beskriver endast rimlig maximal mängd per uttag. För enstaka individer kan såväl större som mindre mängd förskrivas. Ett uttag avser 3 månaders förbrukning och är uppdelat utifrån ålder och produktgrupp.

1–3 år:

6 kg mjöl och brödmix (2 skivor bröd/dag)
3 pkt knäckebröd, frasbröd, smörgåsrån, skorpskivor, smörgåskex, spröda majsbröd
2 kg pasta (4 x 35 g/vecka)
1 kg havregryn (2 dl/vecka)
1,5 kg flingor/müsli (5 x 20 g/vecka)
4 pkt övriga produkter (fiberprodukter, ströbröd, risgröt instant)

4–6 år

6 kg mjöl och brödmix (2 skivor bröd/dag)
3 pkt knäckebröd (ca 3–4 skivor/vecka)
3 kg pasta (3,5 x 70 g/vecka)
1,5 kg havregryn (3 dl/vecka)
1,5 kg flingor/müsli (5 x 20 g/vecka)
5 pkt övriga produkter (fiberprodukter, ströbröd, risgröt instant, frasbröd, smörgåsrån, skorpskivor, smörgåskex, spröda majsbröd)

7–12 år

10 kg mjöl och brödmix (3 skivor bröd/dag)
6 pkt knäckebröd (ca 7–8 skivor/vecka)
4 kg pasta (4,5 x 70 g/vecka)
3,5 kg havregryn (7 dl/vecka)
3 kg flingor/müsli (5 x 40 g/vecka)
5 pkt övriga produkter (fiberprodukter, ströbröd, risgröt instant, frasbröd, smörgåsrån, skorpskivor, smörgåskex, spröda majsbröd)

13 till och med 19 år

13 kg mjöl och brödmix (4 skivor bröd/dag)
9 pkt knäckebröd (ca 11–12 skivor/vecka)
5 kg pasta (5,5 x 70 g/vecka)
4 kg havregryn (7,5 dl/vecka)
3 kg flingor/müsli (5 x 40 g/vecka)
6 pkt övriga produkter (fiberprodukter, ströbröd, risgröt instant, frasbröd, smörgåsrån, skorpskivor, smörgåskex, spröda majsbröd)

Fastställd 2022-10-13 av Pia Lundbom Hälso-och sjukvårdsdirektör