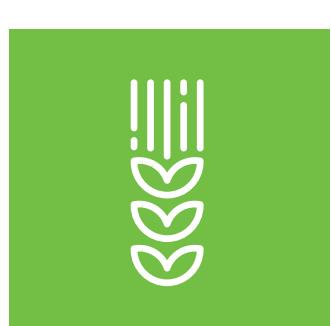




14 substancji alergennych lub wywołujących reakcje nietolerancji, o których obecności w żywności należy poinformować konsumenta

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne



Przykłady:

Produkty na bazie lub zawierające mąkę, chleby, ciasta, makarony, sosy, zupy, żywność suszona (oprószana mąką).

Wyjątki:

- Syropy glukozowe na bazie pszenicy zaw. dekstroz oraz maltodekstryny na bazie pszenicy (oraz produkty pochodne, o ile obróbka jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, te produkty wymagają indywidualnej oceny).
- Syropy glukozowe na bazie jęczmienia.
- Zboża wykorzystywane do produkcji destylatów alkoholowych.

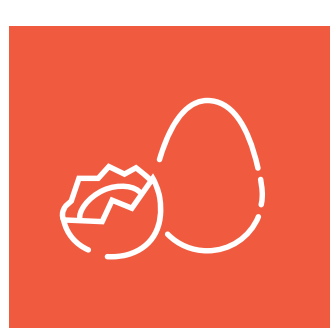
2. Skorupiaki i produkty pochodne

Przykłady:

Kraby, homary, langusty, krewetki, raki, kryl, występują często w daniach kuchni azjatyckiej oraz śródziemnomorskiej.



3. Jaja i produkty pochodne



Przykłady:

Dotyczy to jaj wszystkich ptaków utrzymywanych w warunkach fermowych, występują często w ciastach, majonezie i innych sosach, produktach mięsnych, makaronach, lodach, deserach mlecznych, daniach gotowych typu instant.

4. Ryby i produkty pochodne

Przykłady:

Dania z ryb, sosy rybne, sos Worcestershire, zupa miso.

Wyjątki:

- Żelatyna rybna stosowana jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy.
- Żelatyna rybna lub karaku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina.



5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne



Przykłady:

Ciasta i ciasteczka, curry, desery, sosy (np. sos satay), oleje i mąki z orzeszków ziemnych.

6. Soja i produkty pochodne

Przykłady:

Fasolka edamame, pasta miso, białka sojowe wykorzystywane w produktach mięsnych, tofu, potrawy kuchni azjatyckiej, kremy, sosy, desery, dania kuchni wegańskiej.

Wyjątki:

- Całkowicie rafinowany olej i tłuszcz sojowy (oraz produkty pochodne, o ile obróbka jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, te produkty wymagają indywidualnej oceny).
- Mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306) naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego.
- Fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego.
- Estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego.



7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą):



Przykłady:

Mleka uzyskiwanego z gruczołów mlekowych zwierząt utrzymywanych w warunkach fermowych oraz wszystkie produkty które je zawierają, np.: masło, mikszy tłuszczowe, sery, śmietana i śmietanka, mleko w proszku, dania gotowe typu instant, preparaty białkowe i mineralne stosowane do wzbogacania żywności.

Wyjątki:

- Serwatka wykorzystywana do produkcji destylatów alkoholowych.

8. Orzechy: migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*corylus avellana*), orzechy włoskie (*Junglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzechy pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne

Przykłady:

Ciasta i ciasteczka, słodczyce (np. marcepan), oleje z orzechów i sosy, potrawy typu stir-fried, mąka z orzechów (często wykorzystywana w kuchni azjatyckiej).

Wyjątki:

- Orzechy wykorzystywane do produkcji destylatów alkoholowych.



9. Seler i produkty pochodne (dotyczy łączy, liści, nasion, bulwy)



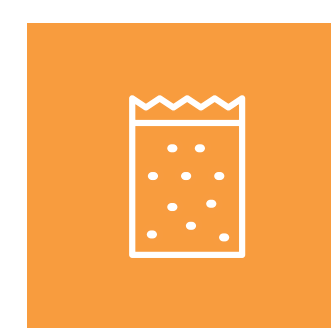
Przykłady:

Sole ziołowe i mieszanki przypraw, sałatki, zupy i dania warzywne, produkty mięsne.

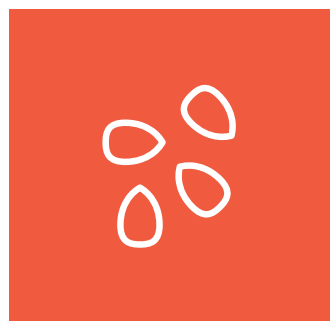
10. Gorczyca i produkty pochodne

Przykłady:

Wszelkiego rodzaju musztardy, niektóre rodzaje pieczywa, curry, marynaty, przetworzone produkty pochodzenia mięsnego, sosy sałatkowe, mieszanki dań gotowych typu instant (np. zupy).



11. Nasiona sezamu i produkty pochodne



Przykłady:

Dodatek do wielu rodzajów pieczywa (np. bułki do hamburgerów) i przekąsek (paluszki, krakersy), olej sezamowy, pasta tahini, hummus, dodatek do sałatek i sushi, stosowany niekiedy w deserach i lodach.

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców

Przykłady:

Owoce suszone konserwowane z zastosowaniem siarczynów (np. rodzynki, morele, śliwki), niektóre produkty mięsne, wino i piwo.

Wyjątki:

- Orzechy wykorzystywane do produkcji destylatów alkoholowych.



13. Łubin i produkty pochodne



Przykłady:

Głównie mąka łubinowa popularna w daniach wegańskich i wegetariańskich oraz stosowana w produkcji przemysłowej jako częściowy zamiennik mąki.

14. Mięczaki i produkty pochodne

Przykłady:

Ślimaki, małże, omułki, ostrygi, kalmary, ośmiornice, występują również jako składnik sosu ostrygowego i wielu złożonych dań.

