ХИГИЕНА НА ХРАНИТЕ · АЛЕРГЕНИ

14-те алергена

Clean Hands
Безопасност на храните на вашия език

Съгласно закона, предприятията в хранителната промишленост са длъжни да ви информират, ако дадена храна съдържа някоя от тези съставки.

1 Целина
Стъбла, листа, семена и корени от целина. В супи, бульонни кубчета, салати и смеси от подправки.

2 Зърнени култури, съдържащи глутен
Пшеница, ръж, ечемик и овес. В хляб, макаронени изделия, брашно, торти, тесто и сосове.

3 Ракообразни
Скариди, раци, омари и раци. В паста от скариди и някои къри ястия.

4 Яйца
В торти, майонеза, пресни макаронени изделия, сосове и храни, намазани с яйце.

5 Риба
В рибния сос, соса „Уорчестър“, дресингите и някои пици.

6 Лупин
Брашно и семена от лупин. Използва се в някои видове хляб, сладкиши и макаронени изделия.

7 Мляко
Масло, сирене, сметана, кисело мляко, гхи и мляко на прах.

8 Мекотели
Миди, стриди, калмари и охлюви. В сос от стриди.

9 Горчица
Семена, прах и листа. В дресинги, маринати, сосове и къри.

10 Ядки
Бадеми, лешници, орехи, кашу, пекан, бразилски орехи, фисташки, макадамия. В песто и марципан.

11 Фъстъци
Наричани още „земни ядки“. Фъстъчено масло, сатай, някои видове къри и десерти.

12 Сусам
Семена, тахини, хумус, сусамово масло и някои видове хляб.

13 Соя
Тофу, соев сос, едамаме, соево брашно и много готови ястия.

14 Сулфити
Серен диоксид. Съдържа се в сушени плодове, вино, бира и някои месни продукти.

НЕ СИ СИГУРЕН?

Питайте. Никога не предполагайте.
Проверявайте етикетите всеки път. Рецептите и продуктите се променят.

ОБАДЕТЕ СЕ НА 999

Ако някой има нежелана реакция.
Затруднено дишане, подуване на лицето или гърлото, или припадък.

cleanhands.org.uk

Въз основа на препоръките на Агенцията за хранителни стандарти и Националната здравна служба (NHS).
Може да се разпечатва и споделя безплатно.

Ref CH-AL-BG-2611 · EN: The 14 allergens · AI translation, may contain mistakes