

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

1	<p>Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne</p> <p>Przykłady: produkty na bazie lub zawierające mąkę – chleby, ciasta, makarony, sosy, zupy, żywność suszona (oprószana mąką).</p> <p>Wyjątki:</p> <p>a) syropy glukozowe na bazie pszenicy zaw. dekstrozę 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,</p> <p>b) syropy glukozowe na bazie jęczmienia,</p> <p>c) zboża wykorzystywane do produkcji destylatów alkoholowych.</p>
	<p>Skorupiaki i produkty pochodne</p> <p>Przykłady: kraby, homary, langusty, krewetki, raki, kryl, które występują często w daniach kuchni azjatyckiej oraz śródziemnomorskiej.</p>
3	<p>Jaja i produkty pochodne</p> <p>Przykłady: jaja wszystkich ptaków utrzymywanych w warunkach fermowych – występują często w ciastach, majonezie i innych sosach, produktach mięsnych, makaronach, lodach, deserach mlecznych, daniach gotowych typu instant.</p>
	<p>Ryby i produkty pochodne</p> <p>Przykłady: dania z ryb, sosy rybne, sos Worcestershire, zupa miso.</p> <p>Wyjątki:</p> <p>a) żelatyna rybna stosowana jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy,</p> <p>b) żelatyna rybna lub karaku stosowane jako środki klarujące do piwa i wina.</p>
5	<p>Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne</p>

	Przykłady: ciasta i ciasteczka, curry, desery, sosy (np. sos satay), oleje i maki z orzeszków ziemnych.	
	<p>Soja i produkty pochodne</p> <p>Przykłady: fasolka edamame, pasta miso, białka sojowe wykorzystywane w przetworzonych produktach mięsnych, tofu, potrawy kuchni azjatyckiej, kremy, sosy, desery, dania kuchni wegańskiej.</p> <p>Wyjątki:</p> <p>a) 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,</p> <p>b) mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego,</p> <p>c) fitosterole i estry fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego,</p> <p>d) estry stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego.</p>	6
7	<p>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</p> <p>Przykłady: mleko uzyskiwane z gruczołów mlekowych zwierząt utrzymywanych w warunkach fermowych oraz wszystkie produkty, które je zawierają, np.: masło, miksy tłuszczowe, sery, śmietana i śmietanka, mleko w proszku, dania gotowe typu instant, preparaty białkowe i mineralne stosowane do wzbogacania żywności</p> <p>Wyjątki:</p> <p>a) serwatka wykorzystywana do produkcji destylatów alkoholowych,</p> <p>b) laktitol.</p>	
	<p>Orzechy: migdały (<i>Amygdalus communis</i> L.), orzechy laskowe (<i>Corylus avellana</i>), orzechy włoskie (<i>Juglans regia</i>), orzechy nerkowca (<i>Anacardium occidentale</i>), orzeszki pekan (<i>Carya illinoensis</i> (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (<i>Bertholletia excelsa</i>), pistacje/orzechy pistacjowe (<i>Pistacia vera</i>), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (<i>Macadamia ternifolia</i>), a także produkty pochodne</p>	8

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	<p>Seler i produkty pochodne (dotyczy łodyg, liści, nasion, bulwy)</p> <p>Przykłady: sole ziołowe i mieszanki przypraw, sałatki, zupy i dania warzywne, produkty mięsne.</p>
Gorczyca i produkty pochodne	
<p>Przykłady: wszelkiego rodzaju musztardy, niektóre rodzaje pieczywa, curry, marynaty, przetworzone produkty pochodzenia mięsnego, sosy sałatkowe, mieszanki dań gotowych typu instant (np. zupy), mieszanki przypraw ziołowych.</p>	10
11	<p>Nasiona sezamu i produkty pochodne</p> <p>Przykłady: wiele rodzajów pieczywa (np. bułki do hamburgerów) i przekąsek (paluszki, krakersy), olej sezamowy, pasta tahini, hummus, dodatek do sałatek i sushi; nasiona sezamu i produkty pochodne są stosowane niekiedy w deserach i lodach.</p>
Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO ₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.	
<p>Przykłady: owoce suszone konserwowane z zastosowaniem siarczynów (np. rodzynku, morele, śliwki), wino, niektóre produkty mięsne i piwo.</p>	12
13	<p>Łubin i produkty pochodne</p> <p>Przykłady: głównie mąka łubinowa popularna w daniach wegańskich i wegetariańskich oraz stosowana w produkcji przemysłowej jako częściowy zamiennik mąk zawierających gluten.</p>
Mięczaki i produkty pochodne	
<p>Przykłady: ślimaki, małże, omułki, ostrygi, kalmary, ośmiornice, które występują również jako składnik sosu ostrygowego i wielu złożonych potraw.</p>	14

