



GR
ελληνικά



PL
πολωνικά

Σε όλη τήν ευρωπαϊκή ένωση πρέπει να σημειωθούν χωρίς εξαίρεση σε συσκευασμένα τροφίματα πάντα τα παρακάτω συστατικά.

○ Αυτό δεν ισχύει για τα κράτη: ρωσσία, τουρκία.

Αυτά τα συστατικά είναι στο λεξικό μπλέ σημειωμένα.

- Σιτηρά που περιέχουν γλουτένη (δηλαδή σιτάρι, σίκαλη, κριθάρι, βρώμη, σίτος σπέλτα, σιτηρό kamut ή οι υβριδικές τους ποικι-λιές) και προϊόντα με βάση τα σιτηρά αυτά
- Καρκινοειδή και προϊόντα με βάση τα καρκινοειδή
- Αυγά και προϊόντα με βάση τα αυγά
- Ψάρια και προϊόντα με βάση τα ψάρια
- Αραχίδες και προϊόντα με βάση τις αραχίδες
- Σόγια και προϊόντα με βάση τη σόγια
- Γάλα και προϊόντα με βάση το γάλα (συμπεριλαμβανομένης της λακτόζης)
- Καρποί με κέλυφος, δηλαδή αμύγδαλα [Amygdalus communis L.], καρύδια [Juglans regia], φουντούκια [Corylus avellana], καρύδια ανακαρδιωτών [Anacardium occidentale], καρύδια πεκάν [Carya illinoensis (Wangenh) K. Koch], καρύδια Βραζιλίας [Bertholletia excelsa], φυστίκια [Pistacia vera], καρποί μακαδαμίας και καρύδια Κουίνσλαντ [Macadamia ternifolia] και προϊόντα με βάση τα ανωτέρω
- Σέλινο και προϊόντα με βάση το σέλινο
- Μουστάρδα και προϊόντα με βάση τη μουστάρδα
- Σπόροι σησαμιού και προϊόντα με βάση τους σπόρους σησαμιού
- Διοξειδίο του θείου και θειώδεις ενώσεις σε συγκεντρώσεις άνω των 10 mg/kg ή 10 mg/litre εκπεφρασμένο ως SO₂
- Λούπινο και προϊόντα με βάση το λούπινο
- Μαλάκια και προϊόντα με βάση τα μαλάκια

Με την βοήθεια του λεξικού μπορείτε να κα-ταρτίσετε την προσωπική σας κάρτα για τυχόν αλλεργίες.

Mam alergię przeciwko ...

μαγειρευτός	gotowany
στεγνός	suszony
φρέσκος	świeży
ωμός	surowy
kamut	kamut
αβγό	jajo; jajko
αβοκάντο	awokado
αγγούρι	ogórek
ακτινίδιο	kiwi
αλεύρι	mąka
αμύγδαλο	migdał
αμυγδαλωτό	marcepan
ανανάς	ananas
άνηθος	koper; koperek
αντσούγια	anchois; anchovis
απιδί	gruszka
αραβόσπιτος	kukurydza
αράπικα φιστίκια	orzeszek
αστακός	krab
αχλάδι	gruszka
αψίνθιο	bylica pospolita
βανίλια	wanilia
βασίλικός	bazylija
βερίκοκο	morela
βοδινό κρέας	wołowina
βότανο	ziola
βουνίσιο	szalwia
βρώμη	owies
γάλα (αγελαδινό)	mleko (z krowy)
γαρίδα	krewetka
γκρέϊπφρουτ	grejfrut
γλουτένη	gluten
γλυκάνισο	anyż
γλώσσα	flądra
δαμάσκηνο	śliwka
διοξειδίο του θείου	dwutlenek siarki
εστραγκόν	estragon
ζιγγίβερι	imbir
ζύμη	drożdże
ηλιοσπορος	nasiona słonecznika

θειώδες άλας	sulfit
θυμάρι	tymianek
καβούρι	krab
καβούρι	skorupiaki
κακάο	kakao
καλαμπόκι	kukurydza
κανέλα	cynamon
καραβίδα	skorupiaki
κάρδαμο	kardamom
κάρι	curry
καρότο	marchew
καρποί μακαδαμίας	orzech makadamia
καρπός πεκάν	orzech pekan
καρύδα	orzech kokosowy
καρύδι	orzech włoski
καρύδι Βραζιλίας	orzech brazylijski
καρύδια ανακαρδιω- τών	nerkowiec
καρύκευμα	przyprawy
κάστανο	kasztan
κεράσι	wiśnia
κιχώριο	cykoria
κόλιαντρο	kolendra siewna
κοτόπουλο	mięso z kury
κοχύλι	małż
κρασί	wino
κρέας	mięso
κρεμμύδι	cebula
κριθάρι	jęczmień
κυδώνι	pigwa
κύμινο	kminek
λεβιθόχορτο	bylica pospolita
λεβιστικό	lubczyk
λεμόνι	cytryna
μαγιά	drożdże
μαϊντανός	pietruszka
μάνγκο	mango
μανιτάρι	pieczarka
μαντζουράνα	majeranek
μάρραθο	fenkuł; koper włoski
μέλι	miód
μέντα	mięta
μήλο	jabłko
μοσχοκάρυδο	gałka muszkatołowa
μουστάρδα	musztarda
μπακαλιάρος	dorsz; łupacz
μπανάνα	banan
μπιζέλι	goszek; groch
μπίρα	piwo
μπρόκολο	brokuły
μύδια	omulekjadalny
ντομάτα	pomidor
ξηροί καρποί	orzech
οινόπνευμα	alkohol
παπάγια	papaja

παπαρούνα	mak
πάπρικα	papryka
πατάτα	ziemniak
πεπόνι	melon
πέρκα	okoń
πέστροφα	pstrąg
πικρομάρουλο	cykoria
πιπέρι	pieprz
πιπέρι καγιέν	pieprz chili
πιπερόριζα	imbir
πορτοκάλι	pomarańcza
πρόβειο κρέας	mięso owcze
ρέγγα	śledź
ρίγανη	oregano
ροδάκινο	brzoskwinia
ρύζι	ryż
σαλιγκάρι	ślimak
σέλινο	seler
σίκαλη	żyto
σιτάρι	pszenica
σίτος σπέλτα	pszenica oplewiona
σκόρδο	czosnek
σκουμπρί	makrela
σόγια	nasiona soi
σοκολάτα	czekolada
σολομός	łosoś
σουσάμι	sezami
σπανάκι	szpinak
σταφύλι	winogrono
στρείδι	ostryga
σύκο	figa
τόνος	tuńczyk
τσουκνίδα	pokrzywa
τυρί	ser
φαγόπυρον	gryka
φακές	soczewica
φασκόμηλο	szalwia
φασόλι	fasola
φουντούκι	orzech laskowy
φράουλα	truskawka
φυστίκι	fistaszek
χοιρινό κρέας	wieprzowina
χουρμάς	daktyl
ψάρι	ryba
αρνί	jagnie