



**N**  
norsk



**IS**  
islandsk

I hele EU-området skal følgende ingredienser **alltid** nevnes på emballasjen til dagligvarer:

- o Dette gjelder ikke for følgende land: Russland, Tyrkia.

Disse ingredienser er markert i ordlisten med **blå** skrift.

- Cereals containing gluten (wheat, barley, rye, oats, spelt, kamut or their hybridised strains) and products thereof
- Crustaceans and products thereof
- Eggs and products thereof
- Fish and products thereof
- Peanuts and products thereof
- Soybeans and products thereof
- Milk and products thereof (including lactose)
- Nuts i. e. Almond [*Amygdalus communis* L.], Hazelnut [*Corylus avellana*], Walnut [*Juglans regia*], Cashew [*Anacardium occidentale*], Brazil nut [*Bertholletia excelsa*], Pecan nut [*Carya illinoensis (Wangenh.) K. Koch*], Pistachio nut [*Pistacia vera*], Macadamia nut and Queensland nut [*Macadamia ternifolia*] and products thereof
- Celery and products thereof
- Mustard and products thereof
- Sesame seeds and products thereof
- Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg or 10 mg/litre expressed as SO<sub>2</sub>.

Du kan bruke ordlisten til å lage ditt eget allergikort.

### Eg hef ofnæmi gegn ...

<i>frísk</i>	<i>ferskur</i>
<i>kokt</i>	<i>soðinn</i>
<i>rá</i>	<i>hrár</i>
<i>tørket</i>	<i>purraður</i>
abbor	aborri
agurk	agúrka
alkohol	hreinsaður vínandi
ananas	ananas
anis	anis
ansjos	ansjósa
appelsin	appelsína
aprikos	aprikósa
avocado	avokató
banan	banani
basilikum	ilmjurt
bláskjell	skelfiskur
bokhvete	bókhveiti
bønne	baun
brennesle	brennetla
brokkoli	spergilkál
burót	búrót
bygg	bygg
cashewnød	kasjú-hneta
champignon	ætisveppur
chilipepper	chili-pipar
daddel	daðla
dill	dill
drue	vínber
egg	egg
eple	epli
ert	baun
estragon	estragon
fårekjøtt	kindakjöt
fennikel frø	fennikel
fersken	ferskja
fiken	fíkja
fisk	fiskur
gjær	ger
gluten	gluten
grapefrukt	greip

gulrot	gulrót
hasselnøtt	heslihneta
havre	hafrar
honning	hunang
hønseskjøtt	kjúklingur
hummer	humar
hvetemel	hveiti
hvitløk	hvitlaukur
ingefær	engifer
jordbær	jarðarber
kakao	kókó
kamut	kamut
kanel	kanill
kardemomme	kardimomma
karri	karrí
karve	kúmen
kirsebær	kirsuber
kiwi	kiwi
kjøtt	kjöt
kokosnøtt	kokoshneta
kolje	ýsa
koriander	koriander
krabbe	krabbi
kreps	krabbi
krydder	krydd; kryddjurt; jurt; planta
kvede	kveða
kylling	kjúklingur
laks	lax
lam	lambkjöt
linse	linsubaunir
løk	laukur
løvstikke	skessujurt
macadanianøtt	macadamia-hneta
maismel	mais
makrell	makrill
mandel	mandla
mango	mangó
marsipan	marsipan
mel	hveiti
melk (ku)	mjólk (kúa)
melon	melóna
merian	merian
muskatnøtt	múskathneta
musling	skelfiskur
nøtt	hneta
oksekjøtt	nautakjöt
øl	bjór
oregano	oregano
ørret	silungur
ost	ostur
østers	ostra
pære	pera
papaya	papaya
paprika	paprika

paranøtt	parahneta
peanøtt	jarðhneta
pekannøtt	pekanhneta
pepper	pipar
peppermynnte	piparmynta
persille	steinselja
pistasier	pistasíuhneta
plomme	plóma
potet	kartafla
reke	rækja
ris	hrísgrjón
rødspette	rauðspretta
rug	rúgur
salvie	salvía
selleri	seljurót
sennep	sinnep
sesam	sesamfræ
sikori(salat)	síkoría; kaffibætir
sild	síld
sitron	sitróna
sjokolade	súkkulaði
sojabønner	soyjabauinir
solsikkefrø	sólblómafræ
spelt	speldi-mjöl
spinat	spínat
spiselig kastanje	kastaníuhneta
sulfit	sulfit
svinekjött	svinakjöt
svoveldioksyd	súlfurdioksyd
timian	timian
tomat	tómatur
torsk	þorskur
tunfisk	túnfiskur
valmuefrø	valmúafræ
valnøtt	valhneta
vanilje	vanilla
vin	vín
vinbergssnegle	vinbergs-snigill