



N
norsk



PL
polsk

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 SO₂.

Du kan bruke ordlisten til å lage ditt eget allergikort.

Mam allergię przeciwno ...

<i>frisk</i>	świerży
<i>kokt</i>	gotowany
<i>rå</i>	surowy
<i>tørket</i>	suszony
abbor	okoń
agurk	ogórek
alkohol	alkohol
ananas	ananas
anis	anyż
ansjos	anchois; anchovis
appelsin	pomarańcza
aprikos	morela
avocado	awokado
banan	banan
basilikum	bazylija
blåskjell	omulekjadalny
bokhvete	gryka
bønne	fasola
brennesle	pokrzywa
brokkoli	brokuły
burot	bylica pospolita
bygg	jęczmień
cashewnød	nerkowiec
champignon	pieczarka
chilipepper	pieprz chili
daddel	daktyl
dill	koper; koperek
drue	winogrono
egg	jajo; jajko
eple	jabłko
ert	goszek; groch
estragon	estragon
fårekjøtt	mięso owcze
fennikel frø	fenkuł; koper włoski
fersken	brzoskwinia
fiken	figa
fisk	ryba
gjær	drożdże
gluten	gluten
grapefrukt	grejfrut

gulrot	marchew
hasselnøtt	orzech laskowy
havre	owies
honning	miód
hønseskjøtt	mięso z kury
hummer	krab
hvetemel	pszenica
hvitløk	czosnek
ingefær	imbir
jordbær	truskawka
kakao	kakao
kamut	kamut
kanel	cynamon
kardemomme	kardamom
karri	curry
karve	kminek
kirsebær	wiśnia
kiwi	kiwi
kjøtt	mięso
kokosnøtt	orzech kokosowy
kolje	łupacz
koriander	kolendra siewna
krabbe	krab
kreps	skorupiaki
krydder	przyprawy; zioła
kvede	pigwa
kylling	mięso z kury
laks	łosoś
lam	jagnie
linse	soczewica
løk	cebula
løvstikke	lubczyk
macadanianøtt	orzech makadamia
maismel	kukurydza
makrell	makrela
mandel	migdał
mango	mango
marsipan	marcepan
mel	mąka
mel (ku)	mleko (z krowy)
melon	melon
merian	majeranek
muskatnøtt	gałka muskatołowa; muszkat
musling	małż; muszla
nøtt	orzech
oksekjøtt	wołowina
øl	piwo
oregano	oregano
ørret	pstrąg
ost	ser
østers	ostryga
pære	gruszka
papaya	papaja
paprika	papryka

paranøtt	orzech brazylijski
peanøtt	orzeszek
pekannøtt	orzech pekan
pepper	pieprz
peppermynte	mięta
persille	pietruszka
pistasier	fistaszek
plomme	śliwka
potet	ziemniak
reke	krewetka
ris	ryż
rødspette	flądra
rug	żyto
salvie	szałwia
selleri	seler
sennep	musztarda
sesam	sezami
sikori(salat)	cykoria
sild	śledź
sitron	cytryna
sjokolade	czekolada
sojabønner	nasiona soi
solsikkefrø	nasiona słonecznika
spelt	pszenica oplewiona
spinat	szpinak
spiselig kastanje	kasztan
sulfitt	sulfit
svinekjøtt	wieprzowina
svoveldioksyd	dwutlenek siarki
timian	tymianek
tomat	pomidor
torsk	dorsz
tunfisk	tuńczyk
valmuefrø	mak
valnøtt	orzech włoski
vanilje	wanilia
vin	wino
vinbergssnegle	ślimak