



**P**  
português



**LT**  
lituano

Em toda a União Europeia, estes ingredientes devem ser sempre indicados em alimentos pré-embalados, sem exceção.

- o Isto não é válido para os seguintes países: Rússia, Turquia.

Estes ingredientes estão marcados a **azul** no dicionário.

- Cereais que contêm glúten, nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou as suas estirpes hibridizadas, e produtos à base de cereais
- Crustáceos e produtos à base de crustáceos
- Ovos e produtos à base de ovos
- Peixes e produtos à base de peixe
- Amendoins e produtos à base de amendoins
- Soja e produtos à base de soja
- Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose)
- Frutos de casca rija, ou seja, avelãs [*Corylus avellana*], amêndoas [*Amygdalus communis* L], nozes comuns [*Juglans regia*], castanhas de caju [*Anacardium occidentale*], nozes pécan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], castanhas do Brasil [*Bertholletia excelsa*], nozes de macadâmia e do Queensland [*Macadamia ternifolia*], pistácios [*Pistacia vera*] e produtos à base de frutos de casca rija
- Aipos e produtos à base de aipos
- Mostarda e produtos à base de mostarda
- Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo
- Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l expressos em SO<sub>2</sub>.
- Tremoço e produtos à base de tremoço
- Moluscos e produtos à base de moluscos

Pode criar o seu próprio cartão de alergias, com a ajuda deste dicionário.

## Aš esu alergiškas ...

<i>cosido</i>	<b><i>išvirtas</i></b>
<i>cru</i>	<b><i>žalias</i></b>
<i>fresco</i>	<b><i>šviežias</i></b>
<i>seco</i>	<b><i>sausas</i></b>
abacate	<b>avokada</b>
aipo	<b>salieras</b>
álcool	<b>alkoholis</b>
alho	<b>česnakas</b>
alperce	<b>abrikosas</b>
ameixa	<b>slyva</b>
amêndoas	<b>migdolas</b>
amendoim	<b>žemės riešutas</b>
ananás	<b>ananasas</b>
anchova	<b>ančiuvis</b>
aniz	<b>anyžius</b>
aranja	<b>apelsinas</b>
arenque	<b>silkė</b>
arroz	<b>ryžiai</b>
artemísia	<b>paprastasis kietis</b>
atum	<b>tunas</b>
aveia	<b>avižos</b>
avelã	<b>riešutas</b>
bacalhau	<b>menkė</b>
bacalhau fresco	<b>juodalopė menkė</b>
banana	<b>bananas</b>
batata	<b>bulvė</b>
baunilha	<b>vanilė</b>
bróculos	<b>brokolis</b>
cacau	<b>kakavos milteliai</b>
camarão	<b>krevetė</b>
canela	<b>cinamonas</b>
caracol de Borgonha	<b>vynuoginė sraigė</b>
caranguejo	<b>krabas</b>
cardamomo	<b>kardamonas</b>
caril	<b>karis</b>
carne	<b>mėsa</b>
carneiro (carne de ...)	<b>aviena</b>
castanha doce	<b>kaštonas</b>
castanhas de caju	<b>kišju riešutas</b>
castanhas do Pará	<b>bertoletijos</b>

cavala	<b>skumbrė</b>
cebola	<b>svogūnas</b>
cenoura	<b>morka</b>
centeio	<b>rugiai</b>
cereja	<b>vyšnia</b>
cerveja	<b>alus</b>
cevada	<b>miežiai</b>
chá salva-mansa	<b>šalavijas</b>
chicória	<b>cikorija</b>
chocolate	<b>šokoladas</b>
coco	<b>kokoso riešutas</b>
coentro	<b>kalendra</b>
cogumelo	<b>grybas</b>
cominto	<b>kmynai</b>
crustáceos	<b>krabas</b>
dioxido de enxofre	<b>sieros dioksidas</b>
endro	<b>krapai</b>
ervas aromáticas	<b>žolelė; (vaistinė); (prieskoninė)</b>
ervilha	<b>žirnis (žirnelis)</b>
especiaria	<b>prieskonai</b>
espelta	<b>kvietys spelta</b>
espinafre	<b>špinatai</b>
estragão	<b>peletrūnas</b>
farinha	<b>miltai</b>
farinha do milho	<b>kukurūziniai miltai</b>
feijão	<b>pupelė</b>
fermento	<b>kepimo mielės</b>
figo	<b>figa</b>
funcho	<b>paprastasis pankolis</b>
galinha; (carne de ...)	<b>vištiena</b>
gingibre	<b>imbieras</b>
glúten	<b>glitimas</b>
hortelã-pimenta	<b>pipirmėtė</b>
kamut	<b>kvietiniai miltai</b>
lagosta	<b>omaras (vėžys)</b>
laranja	<b>apelsinas</b>
leite	<b>pienas (karvės)</b>
lentilha	<b>lešis</b>
levístico	<b>vaistinė gelsvė</b>
limão	<b>citrina</b>
maçã	<b>obuolys</b>
maçapão	<b>marcipanas</b>
mango	<b>mangas</b>
manjeriçã	<b>bazilikas</b>
manjerona	<b>mairūnas</b>
marmelo	<b>svarainis</b>
mel	<b>medus</b>
melão	<b>kantalupa (melionų rūšis); raukšlėtasis melionas</b>
mexilhão	<b>dvigeldis moliuskas; midija</b>
morango	<b>braškė</b>
mostarda	<b>garstyčios</b>

noz	<b>riešutas</b>
nozes	<b>graikinis riešutas</b>
nozes de macadâmia	<b>makadamijos</b>
nozes pécan	<b>pecano riešutas</b>
noz-moscada	<b>muskato riešutas</b>
orégão	<b>raudonėlis</b>
ostra	<b>austrė</b>
ovo	<b>kiaušinis</b>
papaia	<b>papaja (melionmedis)</b>
papoila	<b>aguona</b>
peixe	<b>žuvis</b>
pepino	<b>agurkas</b>
pêra	<b>kriaušė</b>
perca	<b>ešerys</b>
pêssego	<b>persikas</b>
pimenta	<b>juodieji pipirai</b>
pimenta de caiena	<b>ankštinis pipiras (raudonasis) pipiras; raudonasis ankštinis pipiras</b>
pimentão	<b>raudonasis ankštinis pipiras</b>
piripíri	<b>raudonasis ankštinis pipiras</b>
pistácios	<b>pistacija</b>
porco (carne de ...)	<b>kiauliena</b>
queijo	<b>sūris</b>
quivi	<b>kivis</b>
salmão	<b>lašiša</b>
salsa	<b>petražolė</b>
salva	<b>šalavijas</b>
semente de girassól	<b>saulėgrąžų sėklos</b>
sementes de sésamo	<b>sezamo sėklos</b>
soja	<b>sojos pupelės</b>
solha	<b>plekšnė</b>
sulfitos	<b>sulfitas</b>
tâmara	<b>datulė</b>
timo	<b>kmynai</b>
tomate	<b>pomidoras</b>
tomilho	<b>kmynai</b>
toronja	<b>greipfrutas</b>
trigo	<b>kviečiai</b>
trigo mourisco	<b>grikkiai</b>
truta	<b>upėtakis</b>
urtiga	<b>gailioji dilgėlė</b>
uva	<b>vynuogė</b>
vaca (carne de ...)	<b>jautiena</b>
vinho	<b>vynas</b>