



**S**  
svenska



**LT**  
litauiska

Inom hela den Europeiska Unionen måste följande ingredienser undantagslöst vara indikerade i innehållsförteckningen för paketerad mat.

o Detta gäller dock inte i Ryssland eller Turkiet.

Ingredienserna är **blå markerade** i ordboken.

- Spannmål som innehåller gluten (dvs. spält, vete, råg, korn, havre, kamut eller hybridiserade sorter därav) och spannmålsprodukter
- Kräftdjur och produkter därav
- Ägg och produkter därav
- Fisk och produkter därav
- Jordnötter och produkter därav
- Sojabönor och produkter därav
- Mjöl och produkter därav (inklusive laktos)
- Nötter, dvs. mandel [*Amygdalus communis* L.], hasselnöt [*Corylus avellana*], pekannöt [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], valnöt [*Juglans regia*], cashewnöt [*Anacardium occidentale*], paranöt [*Bertholletia excelsa*], pistaschmandel [*Pistacia vera*], makadamianöt och Queenslandsnöt [*Macadamia ternifolia*] samt produkter därav
- Selleri och produkter därav
- Senap och produkter därav
- Sesamfrön och produkter därav
- Svaveldioxid och sulfit i koncentrationer på mer än 10 mg/kg eller 10 mg/liter uttryckt som SO<sub>2</sub>
- Lupin och produkter därav
- Blötdjur och produkter därav

Du kan med hjälp av denna ordbok skapa ditt personliga allergikort.

## Aš esu alergiškas ...

<i>fräsch</i>	<b>šviežias</b>
<i>kokt</i>	<b>išvirtas</b>
<i>rå</i>	<b>žalias</b>
<i>torkad</i>	<b>sausas</b>
aborre	<b>ešerys</b>
■ ägg-; ett	<b>kiaušinis</b>
äkta	<b>kaštonas</b>
alkohol	<b>alkoholis</b>
ananas	<b>ananasas</b>
anis	<b>anyžius</b>
apelsin	<b>apelsinas</b>
äpple	<b>obuolys</b>
aprikos	<b>abrikosas</b>
ärta	<b>žirnis (žirnelis)</b>
avocado	<b>avokada</b>
banan	<b>bananas</b>
basilika	<b>bazilikas</b>
■ blåvåppling	<b>glitimas</b>
böna	<b>pupelė</b>
bovete	<b>grikliai</b>
brännässla	<b>gailioji dilgėlė</b>
broccoli	<b>brokolis</b>
■ cashewnöt	<b>kišju riešutas</b>
champinjon	<b>grybas</b>
chilipeppar	<b>(raudonasis) ankštinis pipiras</b>
choklad	<b>šokoladas</b>
cikoria	<b>cikorija</b>
citron	<b>citrina</b>
curry	<b>karis</b>
dadel	<b>datulė</b>
dill	<b>krapai</b>
dragon	<b>peletrūnas</b>
druva	<b>vynuogė</b>
fänkål	<b>paprastasis pankolis</b>
fårkött	<b>aviena</b>
fikon	<b>figa</b>
■ fisk	<b>žuvis</b>
fläskkött	<b>kiauliena</b>
forell	<b>upėtakis</b>

gluten	<b>glitimas</b>
gråbo	<b>paprastasis kietis</b>
grapefrukt	<b>greipfrutas</b>
gurka	<b>agurkas</b>
■ hasselnöt	<b>riešutas</b>
havre	<b>avižos</b>
honung	<b>medus</b>
hummer	<b>omaras (vėžys)</b>
ingefära	<b>imbieras</b>
jäst	<b>kepimo mielės</b>
jordgubbe	<b>braškė</b>
■ jordnöt	<b>žemės riešutas</b>
kabeljo	<b>menkė</b>
kakao	<b>kakavos milteliai</b>
■ kamut	<b>kvietiniai miltai</b>
kanel	<b>cinamonas</b>
kardemumma	<b>kardamonas</b>
karott	<b>morka</b>
kastanj	<b>kaštonas</b>
kiwi	<b>kivis</b>
kokosnöt	<b>kokoso riešutas</b>
kolja	<b>juodalopė menkė</b>
koriander	<b>kalendra</b>
■ korn	<b>miežiai</b>
körbär	<b>vyšnia</b>
kött	<b>mėsa</b>
krabba	<b>krabas</b>
■ kräfta	<b>krabas</b>
kryddor	<b>prieskonai; žolelė; (vaistinė); (prieskoninė)</b>
kryddsalvia	<b>šalavijas</b>
kummin	<b>kmynai</b>
kvitten(frukt)	<b>svarainis</b>
kyckling	<b>vištiena</b>
lax	<b>lašiša</b>
libbsticka	<b>vaistinė gelsvė</b>
linsor	<b>lęšis</b>
lök	<b>svogūnas</b>
■ makadamianöt	<b>makadamijos</b>
majsmjöl	<b>kukurūziniai miltai</b>
makrill	<b>skumrė</b>
■ mandel	<b>migdolai</b>
mandelmassa	<b>marcipanas</b>
mango	<b>mangas</b>
marsipan	<b>marcipanas</b>
mejram	<b>mairūnas</b>
melon	<b>kantalupa (melionų rūšis); raukšlėtasis melionas</b>
■ mjöl	<b>miltai</b>
■ mjölk (ko)	<b>pienas (karvės)</b>
morot	<b>morka</b>
■ muskot; muskotnöt	<b>muskato riešutas</b>
mussla	<b>midija</b>

mussla	<b>dvigeldis moliuskas</b>
■ nöt	<b>riešutas</b>
nötkött	<b>jautiena</b>
öl	<b>alus</b>
orange	<b>apelsinas</b>
oregano	<b>raudonėlis</b>
ost	<b>sūris</b>
ostron	<b>austrė</b>
oxkött	<b>jautiena</b>
papaya	<b>papaja (melonmedis)</b>
paprika	<b>(raudonasis) pipiras</b>
■ paranöt	<b>bertoletijos</b>
päron	<b>kriaušė</b>
■ pekannöt	<b>Pekano riešutas</b>
peppar	<b>juodieji pipirai</b>
pepparmint;	<b>pipirmėtė</b>
pepparmynta	
persika	<b>persikas</b>
persilja	<b>petražolė</b>
■ pistasch; pistacie	<b>pistacija</b>
plommon	<b>slyva</b>
potatis	<b>bulvė</b>
■ råg	<b>rugiai</b>
räk	<b>krabas</b>
räka	<b>krevetė</b>
ris	<b>ryžiai</b>
rödspätta	<b>plekšnė</b>
salvia	<b>šalavijas</b>
■ selleri	<b>salieras</b>
senap	<b>garstyčios</b>
sesam	<b>sezamo sėklos</b>
■ sojaböna	<b>sojos pupelės</b>
solrosfrö	<b>saulėgražų sėklos</b>
■ spält	<b>kvietys spelta</b>
spenat	<b>špinatai</b>
strömming; sill	<b>silkė</b>
■ sulfat	<b>sulfitas</b>
svaveldioxid	<b>sieros dioksidas</b>
timjan	<b>kmynai</b>
tomat	<b>pomidoras</b>
tonfisk	<b>tunas</b>
torsk	<b>menkė</b>
trädgårdstimjan	<b>kmynai</b>
vallmo	<b>aguona</b>
■ valnöt	<b>graikinis riešutas</b>
vanilj	<b>vanilė</b>
■ vete	<b>kviečiai</b>
vin	<b>vynas</b>
vinbergssnäcka	<b>vynuoginė sraigė</b>
vindruva	<b>vynuogė</b>
vitlök	<b>česnakas</b>