



S
svenska



PL
polska

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
- Sojaböner och produkter därav
- Mjök 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 SO₂
- Lupin och produkter därav
- Blötdjur och produkter därav

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

Mam alergię przeciwko ...

<i>fräsch</i>	<i>świerży</i>
<i>kokt</i>	<i>gotowany</i>
<i>rå</i>	<i>surowy</i>
<i>torkad</i>	<i>suszony</i>
aborre	okoń
■ ägg-; ett	jajo; jajko
äkta	kasztan
alkohol	alkohol
ananas	ananas
anis	anyż
ansjovis	anchois; anchovis
apelsin	pomarańcza
äpple	jabłko
aprikos	morela
ärta	goszek; groch
avocado	awokado
banan	banan
basilika	bazylia
■ blåvåppling	gluten
böna	fasola
bovete	gryka
brännässla	pokrzywa
broccoli	brokuły
■ cashewnöt	nerkowiec
champinjon	pieczarka
chilipeppar	pieprz chili
choklad	czekolada
cikoria	cykoria
citron	cytryna
curry	curry
dadel	daktyl
dill	koper; koperek
dragon	estragon
druva	winogrono
fänkål	fenkuł; koper włoski
fårkött	mięso owcze
fikon	figa
■ fisk	ryba
fläskkött	wieprzowina
forell	pstrąg

gluten	gluten
gråbo	bylica pospolita
grapefrukt	grejpprut
gurka	ogórek
■ hasselnöt	orzec laskowy
havre	owies
honung	miód
hummer	krab
ingefära	imbir
jäst	drożdże
jordgubbe	truskawka
■ jordnöt	orzeszek
kabeljo	dorsz
kakao	kakao
■ kamut	kamut
kanel	cynamon
kardemumma	kardamom
karott	marchew
kastanj	kasztan
kiwi	kiwi
kokosnöt	orzec kokosowy
kolja	łupacz
koriander	kolendra siewna
■ korn	jęczmień
körsbär	wiśnia
kött	mięso
krabba	krab
■ kräfta	skorupiaki
kryddor	przyprawy; zioła
kryddsälvia	szalwia
kummin	kminek
kvitten(frukt)	pigwa
kyckling	mięso z kury
lamm	jagnie
lax	łosoś
libbsticka	lubczyk
linsor	soczewica
lök	cebula
■ makadamianöt	orzec makadamia
majsmjöl	kukurydza
makrill	makrela
■ mandel	migdał
mandelmassa	marcepan
mango	mango
marsipan	marcepan
mejram	majeranek
morot	marchew
muskot; muskotnöt	muszkat; gałka muszkatołowa
mussla	omulekjadalny; małż; muszla
melon	melon
■ mjöl	mąka
mjölk (ko)	mleko (z krowy)
nöt	orzec

nötkött	wołowina
öl	piwo
orange	pomarańcza
oregano	oregano
ost	ser
ostron	ostryga
oxkött	wołowina
papaya	papaja
paprika	papryka
■ paranöt	orzec brazylijski
päron	gruszka
■ pekannöt	orzec pekan
peppar	pieprz
pepparmint;	mięta
pepparmynta	
persika	brzoskwinia
persilja	pietruszka
■ pistasch; pistacie	fistaszek
plommon	śliwka
potatis	ziemniak
■ råg	żyto
räk	krab
räka	krewetka
ris	ryż
rödspätta	flądra
salvia	szalwia
■ selleri	seler
senap	musztarda
sesam	sezami
■ sojaböna	nasiona soi
solrosfrö	nasiona słonecznika
■ spält	pszenica oplewiona
spenat	szpinak
strömming; sill	śledź
■ sulfit	sulfit
svaveldioxid	dwutlenek siarki
timjan	tymianek
tomat	pomidor
tonfisk	tuńczyk
torsk	dorsz
trädgårdstimjan	tymianek
vallmo	mak
■ valnöt	orzec włoski
vanilj	wanilia
■ vete	pszenica
vin	wino
vinbergssnäcka	ślimak
vindruva	winogrono
vitlök	czosnek