

# LISTA NAJCZĘSTSZYCH ALERGENÓW POKARMOWYCH

1. **Zboża zawierające gluten** (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hybrydowe)
2. **Skorupiaki** i produkty pochodne
3. **Jaja** i produkty pochodne
4. **Ryby** i produkty pochodne
5. **Orzeszki ziemne** (arachidowe) i produkty pochodne
6. **Soja** i produkty pochodne
7. **Mleko** i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. **Orzechy** tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia, a także produkty pochodne
9. **Seler** i produkty pochodne
10. **Gorzycyca** i produkty pochodne
11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne
12. **Dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia
13. **Łubin** i produkty pochodne
14. **Mięczaki** i produkty pochodne