

# LISTADO DE ALÉRGENOS

## ¿Dónde podemos encontrarlos?



### ALTRAMUCES:

Altramuces y productos a base de altramuces.

Se encuentra además de en semillas y harinas, en algunos tipos de pan, pasteles...



### APIO:

Apio y productos derivados.

Incluye tallos, hojas, semillas y raíces. Además se puede encontrar en condimentos, ensaladas, algunos productos cárnicos, sopas, cremas, salsas...



### CACAHUETES:

Cacahuetes y productos a base de cacahuetes.

Además de en las semillas, pastas y aceites, se pueden encontrar en galletas, chocolates, postres, salsas...



### CRUSTÁCEOS:

Crustáceos y productos a base de crustáceos.

Cangrejos, langostas, gambas, langostinos, carabineros, cigalas... Además, también pueden encontrarse en cremas, salsas, platos preparados...



### DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS:

Se pueden utilizar como conservantes en crustáceos, frutas desecadas, productos cárnicos, refrescos, vegetales, zumos, encurtidos, vinos, cervezas...



### FRUTOS SECOS:

Frutos de cáscara y productos derivados: almendras, avellanas, nueces, anacardos, pacanas, nueces de Brasil, pistachos, nueces de macadamia.

Pueden encontrarse en panes, galletas, postres, helados, mazapán, salsas o aceites...



### GLUTEN:

Incluye el trigo (también trigo espelta y trigo khorasan), centeno, cebada, avena o sus variedades híbridas y productos derivados

Lo podemos encontrar en alimentos elaborados con harinas, masas, panes, tartas, levaduras para hornear, cuscús, bulgur, pasta, pastelería, salsas, sopas, productos cárnicos, alimentos rebozados...



### SESAMO:

Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo.

Además de en las semillas (granos, pasta (tahine o pasta de sésamo), aceites y harinas, se puede encontrar en panes, colines, grisines, humus...



### HUEVOS:

Huevo y productos a base de huevo.

Además de en el huevo y derivados, se puede encontrar en tartas, algunos productos cárnicos, mayonesa, mousse, pasta, quiches, platos preparados, postres, alimentos rebozados, salsas, aliño para ensaladas, alimentos decorados con huevo.



### LÁCTEOS:

Leche y derivados (incluida la lactosa).

Además de en la leche y sus derivados como la mantequilla, queso, nata, leche en polvo, yogures... Se puede encontrar en croquetas, sopas, cremas, salsas, fiambres, postres, helados...



### MOLUSCOS:

Moluscos y productos a base de moluscos.

Mejillones, almejas, caracoles, ostras, bígaros, chirlas, berberechos, pulpo, calamar... Además se pueden encontrar en cremas, salsas, platos preparados...



### MOSTAZA:

Mostaza y productos derivados.

Además de en semillas, en polvo o en forma líquida, se puede encontrar en algunos panes, currys, marinados, productos cárnicos, aliños, salsa, sopas...



### PESCADO:

Pescado y productos a base de pescado.

Además de en el pescado y derivados, se puede encontrar en salsas, pizzas, aliños para ensaladas, caldo en pastillas...



### SOJA:

Soja y productos a base de soja.

Además de en las semillas (habas), pasta, aceites y harinas, se puede encontrar en el tofu, postres, helados, productos cárnicos, salsa, productos para vegetarianos...