

Allergy Guide Bistro



Leos allergy guide

Tärkeää tietoa

Jos tuotteeseen on merkattu X, tuote sisältää merkityn allergeenin. Jos kyseessä on tyhjä laatikko, ainetta ei lisätä eikä se sisälly reseptiin, mutta siitä voi esiintyä jäännöksiä. Koska allergeeneja sisältäviä tuotteita löytyy valmistustiloista, emme voi koskaan taata "vapaata" tuotetta. Kysy henkilökunnalta lisätietoja.

Huom! katso lisukkeiden ja dippien allergeenit erikseen tuotelistasta

Gluteeni	Laktoosi	Maito	Kananmuna	Pähkinä	Maapähkinä	Selleri	Sinappi ja -siemen	Kala	Seesamin siemen	Soija	Äyriäiset	Niiväiset	Lupiini	Rikkioksididi ja sulfitti
----------	----------	-------	-----------	---------	------------	---------	--------------------	------	-----------------	-------	-----------	-----------	---------	---------------------------

Aikuiset

Bistro burger, Paprikamajoneesi, hampurilaissämpylä, salaatti, tomaatti, punasipuli, cheddarjuusto, naudanlihapihvi	X	X	X	X			X		X					
Bacon burger, Paprikamajoneesi, hampurilaissämpylä, salaatti, tomaatti, punasipuli, cheddarjuusto, pekoni, naudanlihapihvi	X	X	X	X			X		X					
Halloumi burger, Sour cream kastike, sweet and hot – kastike, hampurilaissämpylä, salaatti, tomaatti, punasipuli, halloumi	X	X	X	X			X		X					X
Nacho burger, Valkosipulimajoneesi, salaatti, tomaatti, punasipuli, salsa, maissilastut, cheddarjuusto	X	X	X	X			X		X					
Green burger Vegaaninen aioli, hampurilaissämpylä, salaatti, tomaatti, punasipuli, cheddarjuusto, vegepihvi	X	X	X	X			X		X					
Vege burger Vegaaninen aioli, hampurilaissämpylä, salaatti, tomaatti, punasipuli, vegepihvi	X						X		X					
Kanaburger Paprikamajoneesi, hampurilaissämpylä, salaatti, tomaatti, punasipuli, cheddarjuusto, kanapihvi	X	X	X	X		X	X		X	X				
French toast (Leo's) Dijon sinappi, kalkkuna, tomaatti, goudajuusto, cheddarjuusto	X	X	X				X							
Italian Toast (Leo's) Ilmakuivattu kinkku, tomaatti, oregano, goudajuusto, mozzarella juusto	X	X	X											
Halloumi salaatti, Salaatti, punasipuli, kurkku, kirsikkatomaatti, krutonki, halloumi, valittu kastike	X	X	X	X			X		X					
Kanasalaatti Salaatti, punasipuli, kurkku, kirsikkatomaatti, krutonki, kanafile, valittu kastike	X	X	X	X			X		X					
Nugettiateria Tomaatti, kurkku, maissi, nugetti, lisuke	X													
Lihapulla-ateria (HopLop) Tomaatti, kurkku, salaatti, lihapulla, pippurikastike, lisuke			X											

Leos allergy guide

Crispy chicken tortilla Sour cream- kastike, sweet and hot -kastike, wrap, salaatti, kurkku, tomaatti, punasipuli, kanapihvi	X	X	X	X				X	X		X	X								X
Lapset																				
Viidakkoateria Paprikamajoneesi, hampurilaissämpylä, salaatti, naudanlihapihvi	X			X				X												
Nakkiateria Kurkku, tomaatti, maissi, nakki																				
Nugettiateria Kurkku, tomaatti, maissi, nugetti	X																			
Lihapulla-ateria (HopLop) Kurkku, tomaatti, maissi, lihapulla, pippurikastike				X																

Leos allergy guide

Tärkeää tietoa

Jos tuotteeseen on merkattu X, tuote sisältää merkityn allergeenin. Jos kyseessä on tyhjä laatikko, ainetta ei lisätä eikä se sisälly reseptiin, mutta siitä voi esiintyä jäännöksiä. Koska allergeeneja sisältäviä tuotteita löytyy valmistustiloista, emme voi koskaan taata "vapaata" tuotetta. Kysy henkilökunnalta lisätietoja.

	Gluteeni	Laktoosi	Maito	Kananmuna	Pähkinä	Maapähkinä	Selleri	Sinappi ja	Kala	Seesaminsiemien	Soija	Äyriäiset	Nilviäiset	Lupiini	Rikkioksididi ja sulfiitti
Tuotteet															
Naudanpihvi 100g ja 45g															
Kanapihvi	X	X	X	X			X	X		x					
Nugetti	X														
Kanan sisäfilee															
Lihapulla (HopLop)															
Nakki															
Kalkkuna															
Ilmakuivattu kinkku (Leo's)															
Paahdettu pekoni															
Halloumi		X	X												
Gouda			X												
Cheddar		X	X												
Mozzarella (Leo's)		X	X												
Krutonki	X	X		X	X				X	X					
Vehnätortilla	X														
Maissi															
Ranskalaiset															
Perunamuusi (HopLop)			X												
Kasvispihvi															
Hampurilaissämpylä aikuisten	X								X						
Hampurilaissämpylä lasten	X								X						
Levain leipä (Leo's)	X	X													
Kastikkeet ja majoneesit															
Paprikamajoneesi				X				X							
Ranch-kastike								X							
Valkosipulimajoneesi								X							
Sour cream -kastike				X				X							X
Salsa kastike															
Dijon sinappi (Leo's)								X							X
Caesar kastike			X	X				X							
Pippurikastike (HopLop)			X												

Leos allergy guide

Jos tuotteeseen on merkattu X, tuote sisältää merkityn allergeenin. Jos kyseessä on tyhjä laatikko, ainetta ei lisätä eikä se sisälly reseptiin, mutta siitä voi esiintyä jäännöksiä. Koska allergeeneja sisältäviä tuotteita löytyy valmistustiloista, emme voi koskaan taata "vapaata" tuotetta. Kysy henkilökunnalta lisätietoja.

	Gluteeni	Laktoosi	Maito	Kananmuna	Pähkinä	Maapähkinä	Selleri	Sinappia	Kala	Seesaminsiemien	Soija	Äyriäiset	Nilviäiset	Lupiini	Rikkiidioksidi ja sulfitti
Allergia- ja vegaanivaihtoehdot															
Gluteeniton hampurilais-sämpylä										X					
Vegaani nakki											X				
Gluteeniton kahvilleipälajitelma															
Leivonnaiset ja suolaiset															
Suklaa donitsi	X	X	X	X							X				
Mansikka donitsi	X	X	X	X											
Porkkana-saksanpähkinäkakku	X	X	X	X	X										
Mokkapalat vegaaninen	X										X				
Berliininmunkki															
Mustikka-tuorejuusto Muffinsi	X	X	X	X											
Tuplasuklaa muffinssi	X	X	X	X							X				
Mudcake (Leo's)				X											
Värikäs cookie	X	X	X	X											
Frappe – suklaakastikkeella ja kermavaahdolla		X	X												
Sourcream sipsi (Leo's)	X	X	X												
Pekoni sipsi (Leo's)	X														
Original popcorn (Leo's)															

Allergiaopas ruoka

Allergeenit merkattu lihavoidulla tekstillä ja isoilla kirjaimilla

Naudan täyslihapihvi 100g/45g

(Ole's fast food ab)

Ainesosat

suomalainen broilerin filee, vesi, rypsiöljy, riisitärkkelys, jodioitu suola, happamuudensäätöaineet (kaliumlaktatti, E262), glukoosi.

Kanan sisäfilepala

(HKscan Finland OY)

Ainesosat

Broilerin sisäfilee, stabilointiaine (E1420), dekstroosi, suola, glukoosi.

Gluteeniton, Laktoositon, Runsaasti proteiinia

Vegaaninakki

(SEAGOOD OY PAKASTE)

Ainesosat

AINESOSAT: Vesi, **SOIJAPROTEIINI** (17%), rapsiöljy, sipuli, mausteet (mm. paprika, korianteri), suola, maissitärkkelys, valkosipuli, tomaatti, omenauute, hernekuitu, hernetärkkelys, luontaiset aromit, savuaromi, stabilointiaine (metyyliseluloosa), väri (rautaoksidi).

Vegaaninen

Broileripihvi

(Roll foods)

Ainesosat

Broilerliha (60%), panerointi (**VEHNÄJAUHO**, muunneltu **VEHNÄ**tärkkelys, vesi, hiiva, suola, mausteet), rypsiöljy, vesi, jodioitu suola (suola, kaliumjodaatti), rypälesokeri, luontainen aromi (sisältää **SELLERIÄ**). Saattaa sisältää pieniä määriä **MAITOA, KANANMUNAA, SINAPPIA JA SOIJAA**.

Ilmakuivattu kinkku (Leo's)

(Aimo)

Ainesosat

Siankinkku 94% (EU), suola 6% (voimakassuolainen)

Pekoni, kypsä

(Snellmanin kokkikartano Oy)

Ainesosat

Porsaanliha (95%) (alkuperämaa Suomi), vesi, suola, sokeri, silava, stabilointiaineet (E450, E451), hapettumisenestoaine (E301), säilöntäaineet (E250). Voimakassuolainen.

Kasvispihvi

(APETIT RUOKA OY)

Ainesosat

Vedellä turvotettu herneproteiini (EU) 70 %, rapsiöljy, gluteeniton korppujauho (riisijauho, kikhernejauho, maissitärkkelys, dekstroosi), aromit, kuitu (herne), sakeuttamisaineet (E461, E407a), mausteet (sipuli, inkivääri, mustapippuri), jodioitu suola, kaliumkloridi. Lisättyä suolaa 0,4 %.

Ei sisällä munaa, Gluteeniton, Laktoositon, Ei sisällä soijaa, Runsaasti proteiinia, Vegaaninen, Kasvisruokavalio

Nakki

(HK)

Ainesosat

Suomalainen liha (porsas, nauta), vesi, kamara, stabilointiaineet (tapiokatärkkelys, E450), dekstroosi, lihaproteiini, perunakuitu, mausteet (mm. korianteri, kumina, paprika), hapettumisenestoaine (askoroiinihappo), aromit (mm. neilikka, mustapippuri), säilöntäaine (E250).

Makkarankuorena lampaansuoli. Lihapitoisuus 68%. Voimakassuolainen. **LAKTOOSITON, GLUTEENITON, PROTEIINIPITOINEN.**

Levain leipä viipaloitu (Leo's)

(Oy Lantmännen Unibake)

Ainesosat

VEHNÄJAUHO, vesi, **VEHNÄ**taikinajuuri (vehnä jauho, vesi), ruistaikinajuuri (vesi, ruisjauho), durum**VEHNÄ**jauho, merisuola, **VEHNÄGLUTEENI**, ohramallas, hiiva, rapsiöljy, jauhonparanne (E300), saattaa sisältää pieniä määriä **MAITOA**. Voimakassuolainen

Nugetti

(Gunnar dafgård abg)

Ainesosat

Kana (44%), vesi, **VEHNÄ**jauho, maissijauho, modifioitu **VEHNÄ**tärkkelys, suola, stabilointiaine (E450), happamuudensäätelijä (E500), rypsiöljy, rypälesokeri, hiiva, hiivauute, dekstroosi

Kalkkunaleike

(Atria)

Ainesosat

Valmistettu suomalaisesta lihasta. Kalkkunanliha (37%), vesi, broilerinliha (28%), perunatärkkelys, jodioitu suola, stabilointiaineet (E450, E451), sakeuttamisaine (E407a), dekstroosi, aromit, hapettumisenestoaine (E301), säilöntäaine natriumnitriitti. Lihapitoisuus 65%.



Mozzarella (Leo's)

(Europicnic)

Ainesosat

PASTÖROITU LEHMÄNMAITO, suola, hapatteet, sakeuttamisaine, happamuudensäätöaine: sitruunahappo, juoksute

Cheddar

(Heinon tukku oy)

Ainesosat

60% Cheddar, juusto, rasvaton **MAITO**, rasvaton **MAITO**jauhe, sulatesuolat: natriumsitraatit, natriumfosfaatit; voi. Happamoittaja: sitruunahappoa, suola, paakkuuntumisestoaine; auringonkukkalesiini, väriaineet; paprikauute, karotenoidit.

Halloumi

(Fontana)

Ainesosat

Pastöroitu lehmän**MAITO**, pastöroitu vuohen- ja lampaan**MAITO**, merisuola, kasvipööräinen juoksete, minttu, voimakassuolainen

Gouda

(Aimo)

Ainesosat

Pastöroitu lehmän**MAITO**, suola (1,8%), hapate, mikrobialinen juoksute. **LAKTOOSITON**, **GLUTEENITON**, voimakassuolainen

Gluteeniton hampurilaissämpylä

(Moilas oy)

Ainesosat

Maissitärkkelys, vesi, riisijauho, tapiokatärkkelys, sokeri, rypsiöljy, **SEESAMINSIEMEN**, hiiva, kuivattu glukoosisiirappi (maissista), suola, sakeuttamisaineet (E464, E412), psyllium, perunakuitu, bambukuitu, emulgointiaine (E471)

Vehnätortilla

(santa maria ab)

Ainesosat

VEHNÄJAUHO (65%), **VESI**, **RYPSIÖLJY**, **KOSTEUDENSÄILYTTÄJÄ** (E422), **SUOLA**, **EMULGOINTIAINE** (E471), **SÄILÖNTÄAINE** (E202, E282), **VEHNÄGLUTEENI**, **LEIVINJAUHE** (E500), **HAPPO** (SITRUUNAHAPPO), **SAKEUTTAMISAINETA** (E415).

Hampurilaissämpylä (lasten)

(Oy Lantmännen Unibake)

Ainesosat

VEHNÄJAUHO, vesi, sokeri, rypsi- ja rapsiöljy, hiiva, jodioitu suola (1,1%), **VEHNÄGLUTEENI**, emulgointiaine (E472e), säilöntäaine (E282), hapettumisenestoaine (E300). Saattaa sisältää **SEESAMINSIEMENIÄ**.

Hampurilaissämpylä (aikuisten)

(Oy Lantmännen Unibake)

Ainesosat

Vesi, durum **VEHNÄ**jauho (**VEHNÄ** Suomi), sokeri, vehnägluteeni, hiiva, kasviöljyt (rypsi, rapsi), perunatärkkelys, perunahiutale, mannasuurimo (**VEHNÄ**), jodioitu suola (1,4%), psyllium siemen, emulgointiaine (E471,E481), perunajauho, voiaromi, kuivattu hapantaikina (**VEHNÄ**), kuivahiiva, jauhoparanne (E300). Saattaa sisältää pieniä määriä **SEESAMINSIEMENIÄ**.

Ranskalaiset

(Aviko B.V)

Ainesosat

Peruna, auringonkukkaöljy.

Maissi

(BHZ BIMIZ)

Ainesosat

Maissi

Krutonki

(Fine foods)

Ainesosat

VEHNÄJAUHO, auringonkukkaöljy, **VEHNÄGLUTEENI**, suola, sokeri, hiiva. Saattaa sisältää jäämiä **SEESAMINSIEMENISTÄ**, **MAIDOSTA**, **PÄHKINÖISTÄ** ja **SOIJASTA**

Lihapulla (HopLop)

(Feelia Oy)

Ainesosat

Koneellisesti eroteltu sianliha 45 % (Suomi), naudanliha 15 % (Suomi), peruna, vesi sipuli, perunahiutale, perunakuitu, jodioitu suola, stabilointiaineet (E450, E451), cayennepippuri, mustapippuri, valkopippuri, valkosipulijauhe, oregano, fenkoli, sarviapila Lihapitoisuus 15 %. Lihaan ja lihaan verrattavia ainesosia 60 %

Gluteeniton



Perunamuusi (HopLop)

(Feelia Oy)

Ainesosat

peruna (73 %), vesi, laktoositon **KERMA** (Suomi), laktoositon voi [**KERMA** (Suomi), suola, hapate], suola.

Gluteeniton, Laktoositon

Pekoni snack (Leo's)

(Popz)

Ainesosat

VEHNÄjauho, peruna(tärkkelys, hiutale), auringonkukkaöljy, suola, maltodekstriini, aromivahvenne (E621, E635), sokeri, sipuli, hiivauute, mausteet (paprika, kurkuma), happamuudensäätöaine (E270), savuaromi, luontaisia väriaineita (retiisi, porkkana, punajuuri, punakaali, tomaatti). **GLUTEENIA**

Maissilastut (Nacho burger)

(Santa Maria)

Ainesosat

Maissijauho (73%), auringonkukkaöljy, juustomauste (maltodekstriini, suola, **MAITO**jauhe, rypälesokeri, sokeri, mausteet (sipuli, tomaatti, cayennepippuri, kurkuma), luontaiset aromit (sisältää **MAITOA**), juustojauhe 0,1%, happo (maitohappo), mausteute (paprika)). Voimakassuolainen

Sourcream snack (Leo's)

(Popz)

Ainesosat

Perunatärkkelys, palmuöljy, **VEHNÄ**jauho, maissitärkkelys, suola, **MAITO**jauhe, **LAKTOOSI**, sokeri, sipuli, hiivauute, maltodekstriini, happamuudensäätöaine (E270, E330), mausteseos (valkosipuli, persilja, rosmariini), luontainen aromi **GLUTEENIA, MAITOA**

Popcorn (valmis, Leo's)

(Popz)

Ainesosat

Maissi, kookosöljy, suola (natriumkloridi E535), betakaroteeni, voiaromi

Popcorn jyvä (Leo's)

(Popz)

Ainesosat

Maissinjyvä

Flavacol Suola (Leo's)

(Popz)

Ainesosat

Suola, keinotekoinen voion maku, riboflaviini

Kookosöljy annospussit

(Popz)

Ainesosat

Kookosöljy, keinotekoinen aromi, beetakaroteeni (väri)



Allergeeni-opas

kastikkeet/majoneesit

Salsa

(Santa Maria)

Ainesosat

Tomaatti (65%), sipuli (12%), tomaattipyree, paprika, jalapeno (1%), suola, maissitärkkelys, valkosipuli (0,4%), limemehu, korianterinlehti, happamuudensäätöaine (E330), mustapippuri

Aioli

(Seagood Oy)

Ainesosat:

Rypsiöljy, vesi, valkosipuli 6% (EU/ei-EU), sitruunamehutiiviste, **SINAPPI**, sokeri, suola, modifioitu tärkkelys, happamuudensäätöaine (E260, E330), stabilointiaine (E412, E415), säilöntäaine (E202, E211).

Gluteeniton, laktoositon, vegaaninen

Ranch-kastike

(Seagood Oy)

Ainesosat

Rypsiöljy, omenaviinietikka, **SINAPINSIEMEN**, sokeri, vesi, ranskankerma uute, mausteet (valkosipuli, juustokumina, sipuli, persilja, oregano, mustapippuri, suola), stabilointiaine (E415, E412), säilöntäaine (E211, E202)

Gluteeniton, Laktoositon, Vegaaninen

Caesarkastike

(Saarioinen)

Ainesosat

Vesi, rapsiöljy, etikka, sokeri, **KANANMUNANKELTUAINEN**, jodioitu suola, muunnettu perunatärkkelys, mausteet (**SINAPINSIEMEN**, valkosipuli, valkopippuri) aromit (**MAITO**proteiini), säilöntäaine (E202), sakeuttamisaine (E415), väri (E160a) **LAKTOOSITON JA GLUTEENITON**

Sour cream-kastike

(Seagood Oy)

Ainesosat

Rypsiöljy, vesi, sitruunamehutiiviste, **KELTUAINEN**, **SINAPPI**, sipulijauhe, sokeri, valkosipulijauhe, suola, persilja, aromi, happamuudensäätöaineet (E260, E330), säilöntäaineet (E202, E211, **kaliumdiSULFIITTI**), stabilointiaineet (E412, E415).

Gluteeniton, Laktoositon

Paprika majoneesi

(Seagood Oy)

Ainesosat

Rypsiöljy, vesi, tomaattisose, sokeri, paprikajauhe, **KELTUAINEN**, **SINAPPI**, suola, etikka, muunnettu tärkkelys, mausteet, happamuudensäätöaineet (E260, E330), stabilointiaineet (E412, E415), säilöntäaineet (E202, E211).

Gluteeniton, Laktoositon

Caesarkastike

(Saarioinen oy)

Ainesosat

Vesi, rapsiöljy, etikka, sokeri, **KANANMUNANKELTUAINEN**, jodioitu suola, muunnettu perunatärkkelys, mausteet (**SINAPINSIEMEN**, valkosipuli, valkopippuri), aromit (**MAITO**proteiini), säilöntäaine (E202), sakeuttamisaine (E415), väri (E160a).

Gluteeniton, Laktoositon, Kasvisruokavalio

Dijon sinappi

(Valio Oy)

Ainesosat

Vesi, **SINAPINSIEMEN**, viinietikka, suola, säilöntäaine: **kaliummetabiSULFIITTI**, happamuudensäätöaine: sitruunahappo, mauste.



Allergeeni-opas leivonnaiset

Allergeenit merkattu lihavoidulla tekstillä ja isoilla kirjaimilla)

Porkkana-saksanpähkinäkakku

(sweet delight)

Ainesosat

Pastoroitu juusto 27,85% (**KERMA**, suola, stabilointiaineet(E412, E410), **MAITO**, hapate), porkkana 13,59%, rapsiöljy, **VEHNÄ**jauho, ruokosokeri, **KANANMUNA**, **SAKSANPÄHKINÄ** 6,03%, **VOI**, tomusokeri, inverttisokerisiirappi(sokeri, vesi), levinjauheet (E450i, E500), **VEHNÄ**jauho, auringonkukkaöljy, levinjauhe (E500), kaneli, suola. Tuote voi sisältää jäämiä seuraavista; **SOIJA**, **SELLERI**, **MAAPÄHKINÄ**, **SEESAMINSIEMEN**, **SULFIITTI**.

Mokkapalat vegaaninen

(Cakes4u)

Ainesosat

Sokeri, vesi, **VEHNÄ**jauho, kasviöljy (rapsi, shea, kookos). Kookos, **VEHNÄ**tärkkelys, papujauho, vähärasvainen kaakaojauhe, levinjauhe (E450, E500), kaakaomassa, kaakaojauhe, aromit, suola, glukoosisiirappi, kaakaovoi, kahviuute, sakeuttamisaine E415, kasv.emulgointiaine **SOIJA**lesitiini. Saattaa sisältää jäämiä; **MAITO**,**KANANMUNA**,**MANTELI**, **SAKSANPÄHKINÄ**, **PEKAANIPÄHKINÄ**, **HASELPÄHKINÄ**,

Mansikka Donitsi

(lantmännen unibake ab)

Ainesosat

VEHNÄjauho, vesi, kasvirasva ja öljy(palmu, rapsi, palmuydin, shea, auringonkukka), sokeri, rypälesokeri, hiiva, emulgointiaineet(E471,E481,E472e, E322), suola, levinjauhe (E450, E500,E341), **HERA**jauhe (**MAITO**) **KANANMUNA**jauhe, **VEHNÄ**mallas, aromi(vaniliini, vanilja, mansikka) perunatärkkelys, glukoosisiirappi, happamuudensäätöaine(E330), pintakäsittelyaine(E901), väri (E120), saattaa sisältää pieniä määriä **SOIJAA**.

Suklaa donitsi

(lantmännen unibake ab)

Ainesosat

VEHNÄJAUHO, vesi, kasviöljy (palmu, rapsi), rypälesokeri, hiiva, emulgointiaineet (E471, E481, E472e, E322), levinjauhe (E450, E500, E341), suola, **HERAJAUHE (MAITO)**, **KANANMUNAJAUHE**, **VEHNÄMALLAS**, hapettumisenestoaine (E330), entsyymit. Kuorrute: sokeri, kasviöljy (palmuydin, palmu, shea, rapsi), kaakaojauhe, **HERAJAUHE (MAITO)**, emulgointiaine (E322), aromi, happamuudensäätöaine (E330), suola. Koristelu: sokeri, kaakaovoi, **TÄYSMAITOJAUHE**, kaakaomassa, aromi. Saattaa sisältää pieniä määriä soijaa.

Mustikka-tuorejuusto muffinssi

(Dan cake a/s)

Ainesosat

Sokeri, **VEHNÄ**jauho, kasviöljy (rypsi, kookos), **KANANMUNA**, mustikka (10%), tärkkelys (sisältää **VEHNÄÄ**), muunnettu tärkkelys, **KERMA**, rasvaton **MAITO**, emulgointiaineet: rasvahappojen polyglyseroliesterit, natriumstearoyli-2-laktylaatti, rasvahappojen mono- ja diglyseridit; nostatusaineet: difostaatit, natriumkbonaatti; glukoosisiirappi, täysin kovetettu rypsiöljy, suola, luontainen aromi, rasvaton **MAITO**jauhe, **KANANMUNAN** valkuaisjauho, sakeuttamisaine: ksantaanikum; happamuudensäätöaine: sitruunahappo; stabilointiaineet: guarkumi, johanneksen leipäpuujauhe; väriaine: karotenoidit. Saattaa sisältää jäämiä **HASELPÄHKINÄSTÄ**, **MANTELISTA JA SOIJASTA**.

Tuplasuklaa muffinssi

(Dan cake a/s)

Ainesosat

Sokeri, **VEHNÄ**jauho, kasviöljyt (rypsi ja rapsi), vesi, **KANANMUNA**, kaakaomassa, vähärasvainen kaakaojauhe, muunnettu tärkkelys, täys**MAITO**jauhe, glukoosi-fruktoosisiirappi, kaakaovoi, emulgointiaineet: rasvahappojen polyglyseroliesterit, natriumsteaoryli-2-laktylaatti, **SOIJA**lesitiini, rasvahappojen mono- ja diklyseridit; nostatusaineet: difosfaatit, natriumkarbonaatti; rasvaton **MAITO**jauhe, suola, **KANANMUNAN** valkuaisjauho, luontainen aromi, sakruttamisaine: ksantaanikumi, **VOI**rasva. Saattaa sisältää jäämiä **MANTELISTA JA HASELPÄHKINÄSTÄ**.



Värikäs cookie

(gray´s bakery)

Ainesosat

Keksisuklaasekoitus (sokeri, **VEHNÄ**jauho, kasvirasva ja -öljy (rapsi, kookos), vähärasvainen kaakaojauhe (6,5%), **KANANMUNAJAUHE**, **HERA**jauhe (**MAITO**), suola, leivinjauhe (E500), glukossisiirappi, luonnollinen aromi, **MAITO**proteiini, aromi, jauhojen käsittelyaine (E300), minilinsit (väri), (sokeri, kaakaomassa, kaakaovoi, täys**MAITO**jauhe, tärkkelys, emulgointiaineet (E322), pintakäsittelyaineet (E414, E903, E901), mehutiiviste (rypäle, retiisi, mustaherukka, sitruuna, punajuuri), uute (saflon, ohramallas, levätiiviste), vesi, kasviöljy, (rapsi, kookos, shea), emulgointiaine (E471), luonnollinen aromi, suola

Mutakakku (Leo´s)

(Fria Bröd Ab)

Ainesosat

KANANMUNA, sokeri, fariinisokeri, rapsiöljy, gluteeniton **vehnä**tärkkelys, vähärasvainen kaakaojauhe (6%), riisijauho, maltodekstriini (maissi), suola, leivinjauhe (natriumpyrofosfaatti, natriumbikarbonaatti), perunatärkkelys, maissitärkkelys, sakeuttamisaineet (selluloosakumi, guarsiemenjauho, ksantaanikumi), emulgointiaineet (lesitiini (rapsi), rasvahappojen mono- ja diglyseridit (veg.)), psylliumsiemenkuori, aromit, **GLUTEENITON**

Cappuccino, ice coffee (Leo´s)

(Geia Food A/S)

Ainesosat

58% vähärasvainen (1,5%) **MAITO**, **26%** kahvi (vettä josta 1,5% kahviuute), käyttövalmis hera (**MAITO**), karamellisokerisiirappi, stabilointiaineet (E339, E452), aromi, suola, makeutusaineet (E950, E952, E954), Sakeuttamisaineet (E418).



Allergeeniluettelo EU:n mukaan

1. Nilviäiset, kala, mäti, äyriäiset

Simpukat, mustekala, mato, kaikki kalalajit. Kala-allergia tarkoittaa kalan tai sitä sisältävän ruoka-aineen aiheuttamaa allergista reaktiota. Myös äyriäiset ja nilviäiset (simpukka, osteri, kotilo ja mustekala) voivat aiheuttaa voimakkaan yleistyvän allergisen reaktion.

2. Gluteeni (vilja-allergia ja keliakia)

Vehnä, ruis, ohra, kaura, kinoa, quinoa, maissi, riisi, tattari, viljatatar. Vilja-allergiassa tietty vilja, yleensä vehnä, ohra tai ruis, aiheuttaa suoli-, iho, tai hengitystieoireita. Vehnän, rukiin ja ohran sisältämä gluteeni aiheuttaa ohutsuolen limakalvolla tulehdusreaktion ja vaurioittaa suolinukkaa.

3. Lupiini

Sitä käytetään enenevästi jauhonparanteena etenkin Etelä- ja Keski-Euroopassa. Etelä-Euroopassa sitä käytetään maapähkinän tavoin paahdettuna. Allergiaoireet ovat samoja kuin maapähkinästä. Keskimäärin 50–60 % maapähkinäallergisista saa oireita myös lupiinista ja päinvastoin.

4. Maito

Maitoproteiiniallergia

Keho reagoi maidon proteiiniin. Maito tuotteet (kerma, voi, hapan maito, juusto, jogurtti jne.).

Laktoosi-intoleranssi

Vatsaan vaikuttaa laktoosi (maito sokeri).

5. Pähkinät

Hasselpähkinä on koivun sukulainen. Saksanpähkinä ja pekanpähkinä ovat pyökkikasveja. Cashewpähkinä ja pistaasipähkinä ovat sumakkikasveja. Koska pistaasi ja cashewpähkinä kuuluvat samaan heimoon, ristiallergia niiden välillä on yleistä. Macadamiapähkinä kuuluu proteakasveihin. Niitä käytetään paahdettuina ja välipalatuotteissa. Macadamiapähkinät aiheuttavat samoja oireita kuin muutkin pähkinät. Huppukasveihin kuuluva parapähkinä käytetään ennen kaikkea välipalatuotteissa ja kekseissä. Kookospähkinä kuuluu palmukasveihin. Allerginen reaktio on mahdollista myös mantelista ja siemenistä. Tarkkaa tietoa ei ole siitä, missä määrin pähkinät ja siemenet reagoivat ristiin keskenään.

6. Selleri

Sisältää sellerin varret, lehdet, siemenet ja mukula Sellerit.

Käytetään salaateissa ja liemiruokien mausteissa, Mauste seokset ja liemi kuutiot. Selleri on yksi yleisempiä allergisoivia ruoka-aineita.

7. Sinappi

Sinappi ja sinappituotteet (sinapinsiemen) tulee aina ilmoittaa omalla nimellään pakkausmerkinnöissä. Myös edellä mainituissa tapauksissa, joissa sinappi/sinapinsiemen on mausteseoksessa, jota on alle 2 % elintarvikkeen painosta.

8. Seesamin siemenet

Seesamiallergia on lisääntynyt viime vuosina ja oirekirjo kattaa oireet anafylaksiasta astmaan ja nokkosihottumaan. Ristiallergiat ovat mahdollisia puupähkinöihin, unikonsiemeniin ja kiiviin.

9. Soija

Soija kuuluu hernekasveihin, ja osa soijan valkuaisaineista ristireagoi muiden palkokasvien kanssa (esimerkiksi herne, papu, linssit, maapähkinä, lupiini, apila). Voimakkaasti koivun siitepölyallergiset ovat usein allergisia myös soijalle.

10. Lisäaineet

Lisäaineita käytetään ruokien säilyvyyden, maun, ulkonäön ja rakenteen parantamiseksi. Niistä keskustellaan usein allergiaoireiden aiheuttajana, mutta lisäaineallergia on harvinainen. Ainoa merkittävä allergian aiheuttaja on E120 (karmiini, kokkiniili, karmiinihappo). Se voi aiheuttaa hengitysvaikeutta ja äkillisiä allergiareaktioita, jopa anafylaksian. Rikkiyhdisteet (E220–E228), butyylihydroksianitsoli ja -tolueeni (E320, E321), natriumglutamaatti (E620, E621) ovat lisäaineita, jotka saattavat myös aiheuttaa allergiaoireita, vaikkakin äärimmäisen harvoin.

12. Kanamuna

Allergisoivia ovat sekä valkuainen että keltuainen. Kanamunaperäiset lisäaineet on ilmoitettava omalla nimellään pakkausmerkinnöissä. Esimerkiksi lesitiini E 322 tulee ilmoittaa kanamunan lesitiininä (esimerkiksi lesitiini (kanamunasta)). Kanamuna ja siitä peräisin olevat ainesosat on aina ilmoitettava pakkausmerkinnöissä omilla nimillään.

13. Maapähkinä

Maapähkinä on yleisin allergiaa aiheuttava palkokasvi. Suomessa sitä käytetään lähinnä paahdettuna ja erilaisissa pähkinäsekoituksissa sellaisenaan sekä välipalapatukoissa ja muissa välipalatuotteissa.

