Allergenlista

En rad per rätt, med tillbehör, såser och bröd. Skriv X där allergenet finns och K där det finns risk för korskontakt. För gluten och nötter skriver du vilken sort i anmärkningen. Datera och signera varje gång något ändras.

ENHET _____ MENY ELLER PERIOD _____ GENOMGÅNG AV _____ DATUM _____

[X] finns i rätten [K] risk för korskontakt

RÄTT	Gluten	Kräftdjur	Ägg	Fisk	Jordnötter	Soja	Mjölk	Nötter	Selleri	Senap	Sesam	Sulfit	Lupin	Blötdjur	ANMÄRKNING

Allergener och rutin

De 14 allergenerna

1. **Spannmål som innehåller gluten.** Vete (även spelt och khorasanvete), råg, korn, havre och korsningar som rågvete. Finns i bröd, pasta, panering, redning, öl och många sojasåser.
2. **Kräftdjur.** Räkor, kräftor, hummer och krabba. Finns i skagenröra, skaldjursfond och räkpasta.
3. **Ägg.** Finns i majonnäs, aioli, bearnaise, pannkakor, färsk pasta och äggstrykning på bullar.
4. **Fisk.** Finns i fisksås, i ansjovis i Caesardressing och i worcestershiresås.
5. **Jordnötter.** Finns i jordnötssmör, jordnötsolja, satay och massamancurry.
6. **Sojabönor.** Finns i sojasås, tofu, edamame, miso och sojalecitin i choklad och bröd.
7. **Mjölk, även laktos.** Smör, grädde, ost, vassle och mjölkpulver. Finns i såser, bakverk och färdiga kryddblandningar.
8. **Nötter.** Mandel, hasselnöt, valnöt, cashewnöt, pekannöt, paranöt, pistaschmandel och makadamianöt. Finns i mandelmassa, nougat, granola, dukkah och vissa pestor.
9. **Selleri.** Rotselleri, blekselleri och sellerisalt. Finns i fond, buljong, soppor och kryddblandningar.
10. **Senap.** Finns i dressingar, marinader, majonnäs, remoulad och korv.
11. **Sesamfrön.** Finns i tahini, hummus, sesamolja, hamburgerbröd och dukkah.
12. **Svaveldioxid och sulfit.** När halten är högre än 10 mg/kg eller 10 mg/liter, räknat som svaveldioxid. Finns i vin, torkad frukt och en del inlagda grönsaker.
13. **Lupin.** Lupinmjöl och lupinfrön. Finns i en del bröd, glutenfria bakverk och växtbaserade produkter.
14. **Blötdjur.** Musslor, ostron, bläckfisk och snäckor. Finns i ostronsås och vissa asiatiska såser.

När gästen frågar

1. **Fråga vad gästen inte tål.** Skriv det på bongen, så att köket ser det.
2. **Titta i listan, inte i minnet.** Rätten kan ha ändrats sedan du lärde dig den.
3. **Är du osäker, fråga köket.** Gissa aldrig, och säg hellre att ni inte vet än att det säkert går bra.
4. **Köket bekräftar och lagar rätten för sig.** Rena redskap, ren yta och inget från fritösen om ni inte vet vad som friterats i den.
5. **Säg vilken rätt det är när den ställs fram.** Då vet gästen att det är rätt tallrik.

SKYLT DÄR GÄSTEN BESTÄLLER

Fråga oss om allergena ingredienser

Ändringslogg

DATUM	RÄTT	VAD ÄNDRADES	VEM	LISTAN UPPDATERAD

Hela guiden: todolo.io/blog/allergener · Vill ni ha det här i appen? Boka en demo