

Senarai Ramuan Makanan Alergenik

Jenis Alergen	Beberapa sumber lazim alergen	
	Makanan	Label makanan pada bungkusan makanan
Susu lembu	<ul style="list-style-type: none"> Susu (derivatif, protein, pepejal, malta, pekat, sejat, kering, penuh krim, rendah lemak, tanpa lemak, skim) Mentega, lemak mentega, mentega susu Keju Krim Susu tepung Yoghurt Krim masam/taiur, pepejal krim masam pepejal krim masam Makanan yang di berus atau disau dengan susu Serbuk sup dan sos Kastard Nougat Puding Dadiah 	<ul style="list-style-type: none"> Kasein Rennet kasein Kaseinat (ammonia, kalsium, magnesium, potassium, natrium) Hidrolisat (kasein, protein susu, protein, wei, protein wei) Laktalbumin, laktalbumin fosfat Laktoglobulin Laktosa Wei (tanpa laktosa, tanpa mineral, konsentrat protein) Sentiasa baca amaran label mengenai pencemaran silang dengan alergen
Telur	<ul style="list-style-type: none"> Telur (putih, kuning, dikeringkan, serbuk, pepejal) Kebanyakan kek Beberapa produk daging Mayonis Mus Pasta Quiche Sos Pastri atau makanan yang diberus atau disapu dengan telur Meringue 	<ul style="list-style-type: none"> Albumin Pengganti telur Egnog Globulin Lisozim Ovalbumin Ovomukin Ovomukoid Ovovitelin Simpleese
Ikan	<ul style="list-style-type: none"> Apa-apa jenis ikan (segar, sejuk beku, kering, serbuk) Sesetengah jenis pizza Pencicah Sos ikan Sesetengah jenis sos salad Kib stok Sos Worcestershire 	
Kacang tanah	<ul style="list-style-type: none"> Kacang tanah (segar, kering, ditumbuk) Mentega kacang Sesetengah jenis kari Minyak kacang tanah Makanan diperbuat dengan tepung kacang tanah Kacang tanah tanah bercampur dengan kekacang Gula-gula Rol telur/popia Sesetengah pastri, biskut, kek Sos seperti kuah satay Nougat Marzipan 	<ul style="list-style-type: none"> Kacang tiruan Nu-Nuts Protein tumbuhan terhidrolisis Protein sayuran terhidrolisis

Kacang pokok	<ul style="list-style-type: none"> Badam Kacang Brazil Gajus Buah berangan Kacang Hazel Macadamia Pekan Kacang Pin Pistachios Walnut Pes kacang Marzipan/pes badam Nougat Mentega kacang iaitu mentega gajus Minyak kacang Serbuk kacang (lazimnya di dalam kari Asia) Beberapa jenis roti dan biskut Sesetengah pencuci seperti ais krim Sesetengah hidangan goreng kalis dan sos 	<ul style="list-style-type: none"> Kacang tiruan Nu-Nuts
Soya	<ul style="list-style-type: none"> Soya (tepung, serbuk, kacang, susu, taugoh soya) Kacang soya (granul, tauhu) Protein soya (pati, isolat) Tauhu Kacang Edamame Pes Miso Kicap soya Sos Shoyu Bubur sayur 	<ul style="list-style-type: none"> Soya bertekstur/protein sayur Sesetengah perisa Protein tumbuhan terhidrolisis Protein soya terhidrolisis Protein sayuran terhidrolisis
Gandum	<ul style="list-style-type: none"> Serbuk roti Bran Tepung gandum penuh mil Oat Barli Tepung yang diperkayakan Semolina durham, terdapat di dalam pasta Bran gandum Beberapa perisa asli Kicap Kanji 	<ul style="list-style-type: none"> Gluten Tepung tinggi gluten Tepung tinggi protein Gluten Vital Gluten gandum Ekstrak bijirin Kanji gandum Kanji bergelatin Protein sayuran terhidrolisis Kanji makanan terubah suai Gam sayuran Kanji sayuran

