

Fichas informativas alérgenos e intolerancias alimentarias

Reglamento (UE) nº 1169/2011

INFORMACIÓN PROPORCIONADA POR



PARA



Leche y derivados

(Incluida la lactosa)

Gijón
con Calidad

Leche de vaca, cabra y oveja.



EXCEPCIONES:

- Lactosuero utilizado para hacer destilados alcohólicos, incluido el alcohol etílico de origen agrícola.
- Lactitol.

¡Recuerda!

Se puede encontrar oculta en productos como:

- Pan.
- Puré.
- Fiambres.
- Embutidos.
- Pescados congelados.
- Golosinas.



Frutos con cáscara

Gijón
con Calidad



ALMENDRAS



ALFÓNCIGOS
(PISTACHO)



NUECES



AVELLANAS



PACANAS



ANACARDOS



NUECES DE
MACADAMIA



NUECES
DE BRASIL



¡Recuerda!

Se puede encontrar oculta en productos como:

- Pastas y cremas (Ej. Nocilla).
- Mazapán, turrone y bombones.
- Mantequillas de frutos secos.
- Productos de repostería y panadería (Ej. galletas, bizcochos, panes...).

EXCEPCIONES:

- Frutos de cáscara utilizados para hacer destilados alcohólicos, incluido el alcohol etílico de origen agrícola.



Crustáceos

Gijón
con Calidad

Subclase cirrípedos.



PERCEBE

Orden decápodos ("marisco de patas").



LANGOSTINO/GAMBA
CAMARÓN/QUISQUILLA



BUEY DE MAR/
ÑOCLA



CANGREJOS DE RÍO/
DE MAR (ANDARICA)



BOGAVANTE/BUGRE



LANGOSTA

¡Recuerda!

- Crustáceos crudos y cocidos contienen los mismos alérgenos.
- Cuidado con el agua de cocción, aceite de frituras y otros tipos de contaminaciones cruzadas.

Se puede encontrar en:

- Sopas.
- Caldos de pescado.
- Preparados para paella.
- Saborizantes de marisco.
- Ensaladas.

MOLUSCOS

Gijón
con Calidad

Clase gasterópodos.



CARACOL



BÍGAROS/LLÁMPARAS

Clase bivalvos.



ALMEJAS/OSTRAS/
BERBERECHOS
MEJILLONES/NAVAJAS



Clase cefalópodos.



PULPOS



SEPIAS



CALAMARES

¡Recuerda!

- Moluscos crudos y cocidos contienen los mismos alérgenos.
- Cuidado con el agua de cocción, aceite de frituras y otros tipos de contaminaciones cruzadas.

Se puede encontrar en:

- Sopas y caldos.
- Saborizantes de marisco.
- Ensaladas.

Pescado

Gijón
con Calidad

Todo tipo de pescado: blanco y azul.



EXCEPCIONES:

- Gelatinas de pescado utilizado como soporte de vitaminas o preparados de carotenoides.
- Gelatina de pescado o ictiocola utilizada como clarificante en cervezas y en el vino.

¡Recuerda!

Cuidado con el aceite y la contaminación cruzada.



Se puede encontrar formando parte de:

- Sopas y caldos.
- Productos con ácido Omega 3.
- Harinas y aceites de pescado.
- Suspensiones de hígado de bacalao.
- Ensaladas.

Soja

gijón
con Calidad



EXCEPCIONES:

- Aceite y grasa de semilla de soja totalmente refinados.
- **Tocoferoles** naturales mezclados (E-306), d-alfa tocoferol natural, acetato de d-alfa tocoferol natural y succinato de d-alfa tocoferol natural derivados de la soja.
- **Fitosteroles** y ésteres de fitosterol derivados de aceites vegetales de soja.
- **Ésteres de fitostanol** derivados de fitosteroles de aceite de semilla de soja.

¡Recuerda!

Se puede encontrar oculta en el etiquetado como:

- Lecitina de soja.
- Proteína vegetal (proteína vegetal hidrolizada).
- Salsa.
- Almidón vegetal.

Está presente en alimentos como:

- Cocina asiática.
- Sucedáneos de carne (hamburguesas, salchichas...).
- Caldos vegetales.
- Aceites vegetales (salsas y galletas).
- Complementos panarios.
- Alimentos horneados.

Apio

Gijón
con Calidad



:

¡Recuerda!

Tanto el apio crudo,
cocinado o su jugo.



Presente también en:

- Sopas y cremas.
- Ensaladas.
- Gelatinas.
- Potitos.

Granos de sésamo

y productos a base de
granos de sésamo

Gijón
con Calidad



¡Recuerda!

El sésamo también se
conoce como ajonjolí.

Se puede encontrar en:

- Sopas.
- Caldos de pescado.
- Preparados para paella.
- Saborizantes de marisco.
- Ensaladas.

Mostaza

gijón
con Calidad



Presente en:

- Salsas y aliños.
- Curry.
- Mayonesas, vinagretas.
- Ketchup.

Altramuces

Gijón
con Calidad

Producto típico del sur de España.



También conocidos como:

- Lupin.
- Lupino.
- Chocho
- Entremozo.



¡Recuerda!

Hay derivados de altramuces como:

- Harinas.
- Aceites.
- Patés.

Legumbre utilizada individualmente como aperitivo o en:

- Sopas.
- Ensaladas.
- Potaje.

Dióxido de azufre y sulfitos

Gijón
con Calidad

En concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro en términos de SO₂ total, para productos listos para el consumo o reconstituídos conforme a las instrucciones del fabricante.

E-220

E-228

En el etiquetado se les nombra en forma de aditivo y son las sustancias nombradas desde el E-220 hasta las E-228 (ambos inclusive).

Conservantes alimentarios muy usados presentes en:

Conservantes alimentarios muy usados presentes en:

- **Bebidas:** vino, sidra, cerveza, zumos de frutas, mostos, vinagre.
- **Aperitivos:** patatas elaboradas, galletas, productos de aperitivo, salsas de mostaza.
- **Frutas:** uvas de mesa y lichis frescos, frutos secos.
- **Transformados de frutas:** mermeladas, confituras.
- **Ensaladas.**
- **Cárnicos:** embutidos y carnes.
- En **conservas** de todo tipo (vegetal, legumbres, frutos secos).
- **Productos congelados** de pescado, moluscos y crustáceos.

Huevos y derivados

Gijón
con Calidad



Alimentos que pueden llevar huevo en su composición:

- Productos de pastelería o bollería.
- Quesos.
- Pan y pastas.
- Fiambres y patés.
- Embutidos.
- Sucedáneos de huevo.
- Caramelos, helados, cremas, flanes.
- Consomés, sopas y salsas.

Las proteínas de huevo pueden aparecer en las etiquetas como:

- Albúmina /ovoalbúmina.
- Coagulante.
- Emulsificante, globulina.
- E-322 (lecitina no de soja).
- Livetina.
- E-1105 (lisozima).
- Ovomucina/ovomucoide.
- Ovovitelina/vitelina.
- E-161b (luteína, pigmento amarillo).



¡Recuerda es alérgeno!

- Tanto la clara como la yema.
- Crudo y cocido.
- Huevos de gallina, pato, codorniz...

Cereales

que contengan gluten

gijón
con Calidad

Variedades híbridas y derivados de:



TRIGO



CENTENO



KAMUT



ESPELTA



AVENA



CEBADA

EXCEPCIONES:

- Jarabes de glucosa a base de trigo, incluida la dextrosa.
- Maltodextrinas a base de trigo.
- Cereales utilizados para hacer destilados alcohólicos, incluidos el alcohol etílico de origen agrícola.
- Jarabes de glucosa a base de cebada.

¡Recuerda!

Debes comprobar si las etiquetas contienen almidones, amiláceos, fécula o espesante ya que éstos pueden proceder de cereales.



Alimentos que pueden llevar gluten:

- Embutidos.
- Quesos fundidos.
- Conservas de carne y pescado.
- Fiambres y patés.
- Salsas, condimentos y colorantes alimentarios (pimentón).
- Sucedáneos de chocolate.
- Caramelos y golosinas.
- Algunos tipos de helado.
- Saborizantes de marisco.
- Ensaladas.

cacahuete y derivados

Gijón
con Calidad



¡Recuerda evitar!

- Aceites de cacahuete.
- Mantequillas de cacahuete.
- Salsas a base de cacahuete (salsa "satay").

Pueden estar presentes en:

- Repostería y bollería.
- Algunos tipos de ensaladas.
- Algunos tipos de quesos.



www.gijonconcalidad.com

calidad@gijon.info

T. 985 18 51 85