



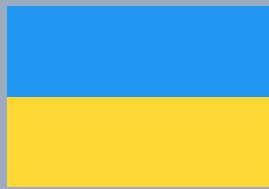
Food allergies

ХАРЧОВІ АЛЕРГЕНИ В ПОЛЬЩІ

FOOD ALLERGENS IN POLAND
ALERGENY POKARMOWE W POLSCE

2022

Viva!
ZDROWIE



НАСТУПНИЙ ПОСІБНИК МІСТИТЬ ПЕРЕЛІК ХАРЧОВИХ АЛЕРГЕНІВ У 3-Х МОВНИХ ВЕРСІЯХ – ПОЛЬСЬКІЙ, УКРАЇНСЬКІЙ ТА АНГЛІЙСЬКІЙ. ДРУГА ЧАСТИНА ПОСІБНИКА – ЦЕ ЗАСТОСОВНІ ЗАКОНИ ЩОДО ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ, ТАКИХ ЯК ПРОДУКТИ БЕЗ ГЛЮТЕНУ АБО ПРОДУКТИ БЕЗ ЛАКТОЗИ.



PONIŻSZY PORADNIK ZAWIERA SPIS ALERGENÓW ŻYWIENIOWYCH W 3 WERSJACH JĘZYKOWYCH - POLSKIEJ, UKRAIŃSKIEJ ORAZ ANGIELSKIEJ.

DRUGĄ CZĘŚĆ PORADNIKA STANOWIĄ OBOWIĄZUJĄCE USTAWY DOTYCZĄCE ŻYWNÓŚCI FUNKCJONALNEJ, TAKIEJ JAK ŻYWNÓŚĆ BEZGLUTENOWA CZY PRODUKTY NIE ZAWIERAJĄCE LAKTOZY.



THE FOLLOWING GUIDE CONTAINS A LIST OF FOOD ALLERGENS IN 3 LANGUAGE VERSIONS - POLISH, UKRAINIAN AND ENGLISH.

THE SECOND PART OF THE GUIDE CONSTITUTES THE APPLICABLE LAWS ON FUNCTIONAL FOOD, SUCH AS GLUTEN-FREE PRODUCTS OR PRODUCTS THAT DO NOT CONTAIN LACTOSE.



GLUTEN



ГЛЮТЕН



GLUTEN



PSZENICA



ПШЕНИЦІ



WHEAT



JAJA



ЯЙЦЯ



EGGS



MLEKO



КОРОВ'ЯЧЕ МОЛОКО



COW MILK



ЛАКТОЗА



ЛАКТОЗА



LACTOSE



KAZEINA



КАЗЕЇН



CASEIN



SOJA



СОЄВІЙ



SOYA



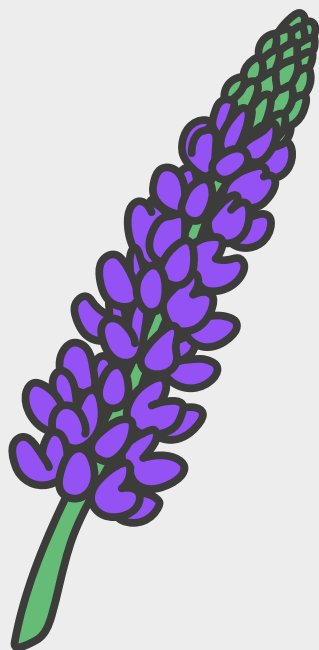
SEZAM



КУНЖУТ



SESAME



ŁUBIN



ЛЮПИН



LUPINE



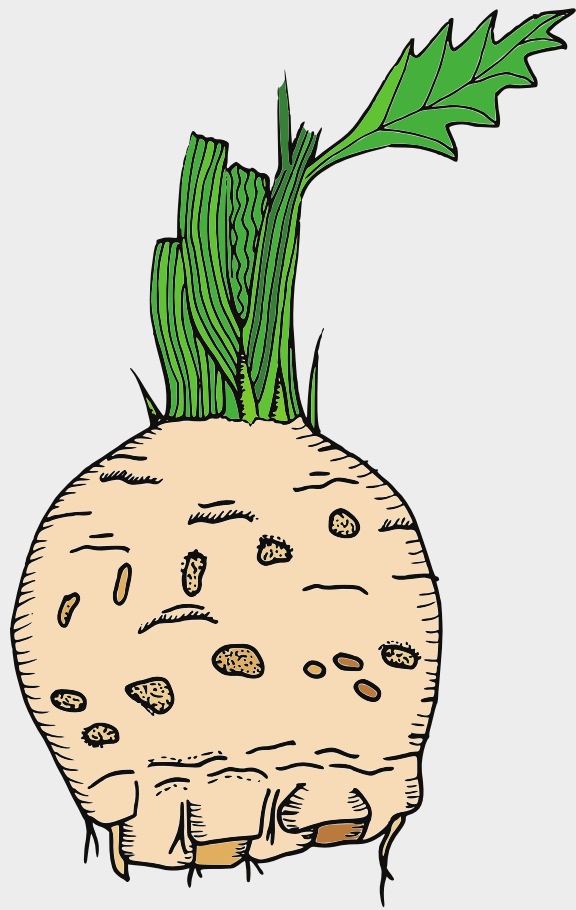
CZEKOLADA/
KAKAO



ШОКОЛАД/ КАКАО



CHOCOLATE/
COCOA



SELER



СЕЛЕРА



CELERY



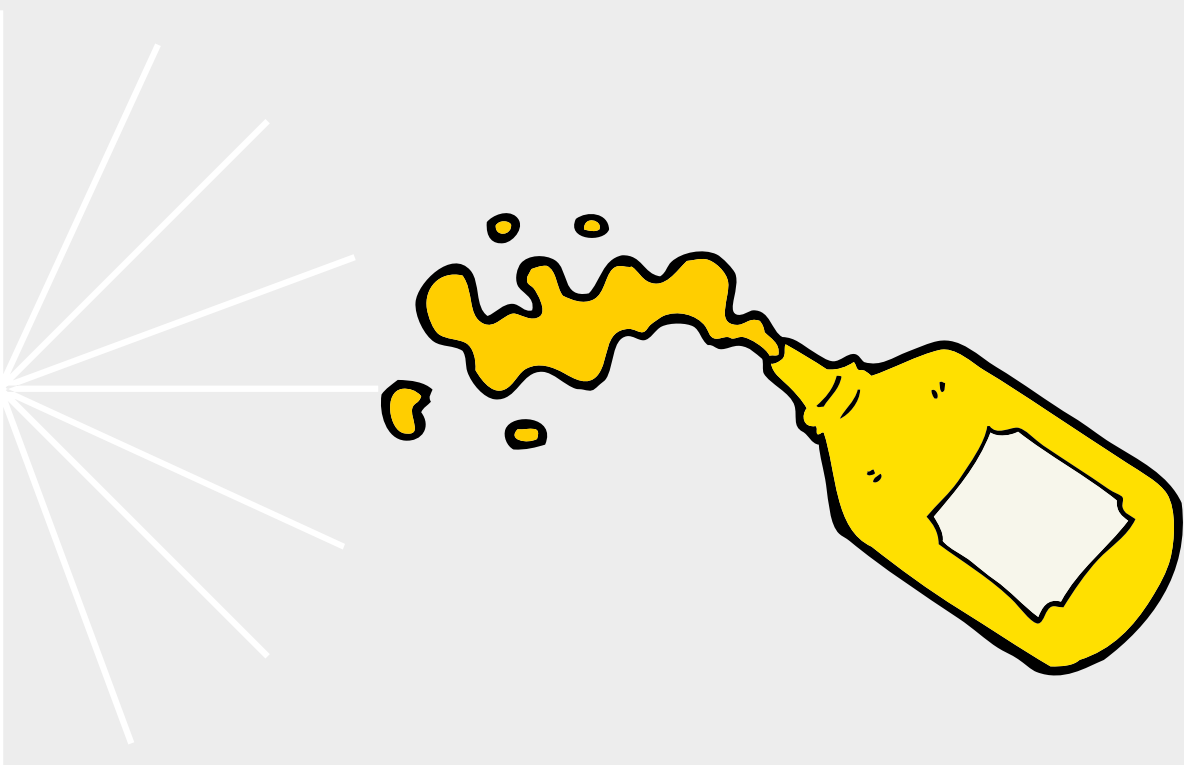
GORCZYCA



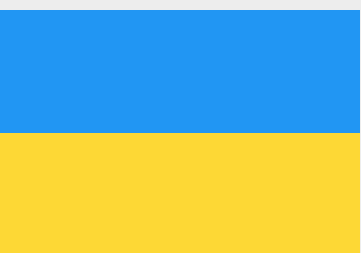
ГІРЧИЦІ



CHARLOCK



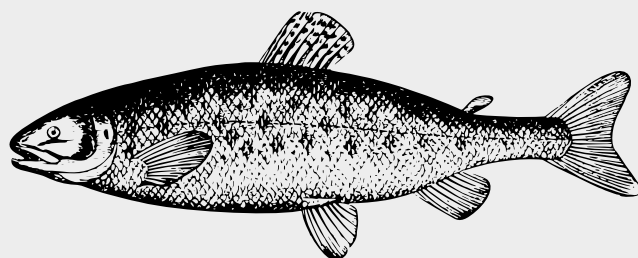
MUSZTARDA



ГІРЧИЦЯ



MUSTARD



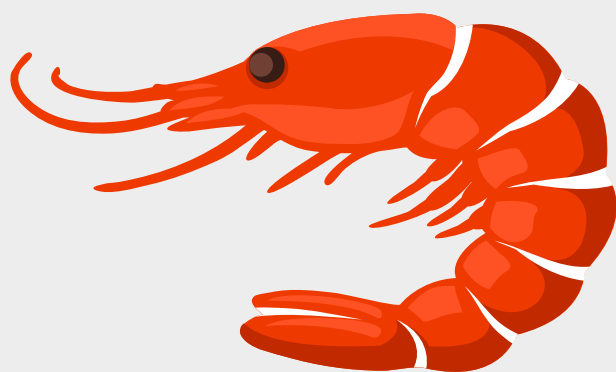
RYBY



РИБИ



FISHES



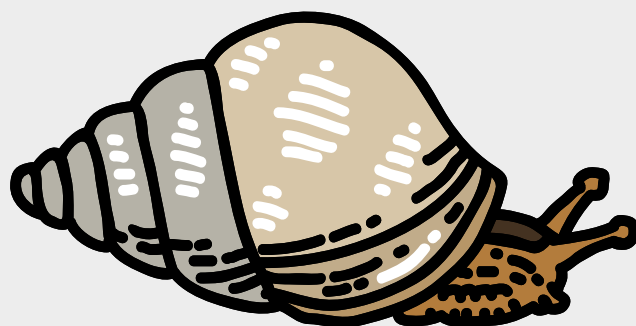
SKORUPIAKI



МОЛЮСКИ



CRUSTACEANS



MIĘCZAKI



М'ЯЗИ



MOLLUSCS



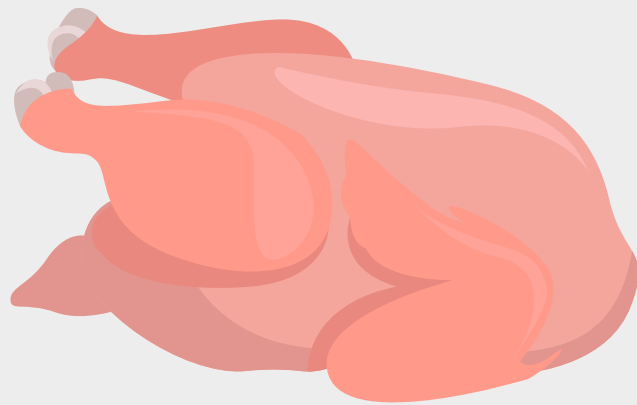
OWOCE MORZA



МОРЕПРОДУКТИ



SEAFOOD



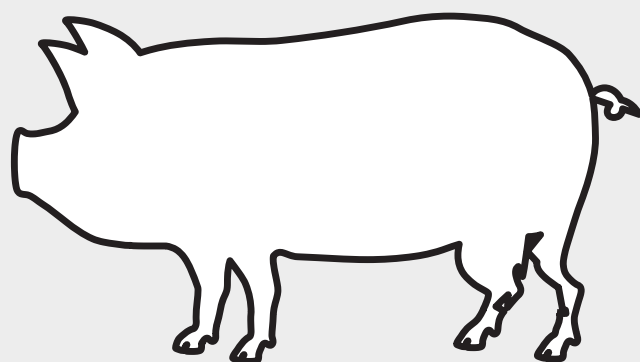
DRÓV



ПТИЦЯ



POULTRY



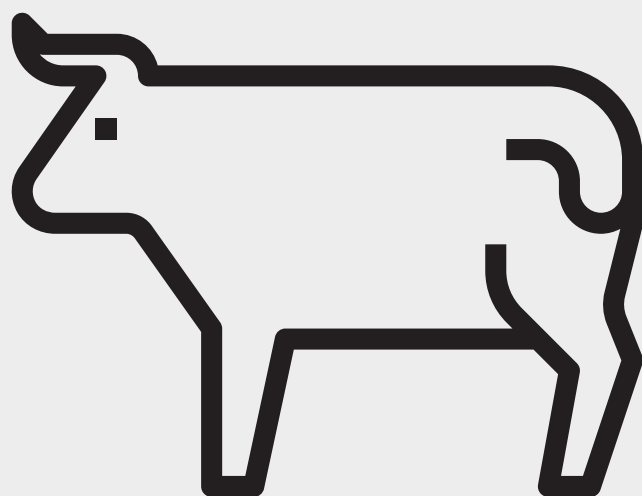
MIĘSO WIEPRZOWE



СВИНИНА



PORK MEAT



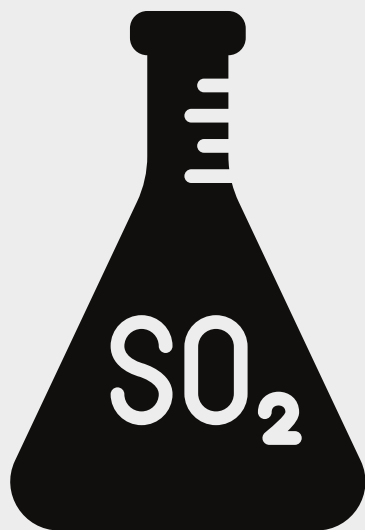
MIĘSO WOŁOWE



М'ЯСО ЯЛОЧИНИ



BEEF



DWUTLENEK SIARKI



ДИОКСИД СІРКИ



SULPHUR DIOXIDE



ORZECHY
ARACHIDOWE/
ZIEMNE



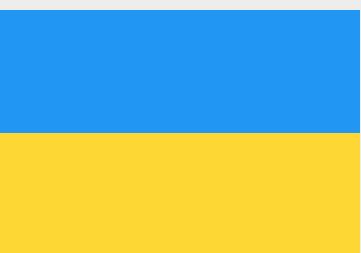
APAXIC



PEANUTS



ORZECHY



ГОРІХИ



NUTS



ORZECZY WŁOSKIE

ORZECZY PINII

PISTACJE

ORZECZY MAKADAMIA

ORZECZY BRAZYLIJSKIE

MIGDAŁY

ORZECZY LASKOWE

ORZECZY PEKAN

ORZECZY NERKOWCA



ГРЕЦЬКІ ГОРІХИ

КЕДРОВІ ГОРІШКИ

ФІСТАШКИ

ГОРІХИ МАКАДАМІЇ

БРАЗИЛЬСЬКІ ГОРІХИ

МИГДАЛЬ

ЛІСОВІ ГОРІХИ

ПЕКАН

ГОРІХИ КЕШЬЮ



WALNUTS

PINE NUTS

PISTACHIOS

MACADAMIA NUTS

BRAZIL NUTS

ALMONDS

HAZELNUTS

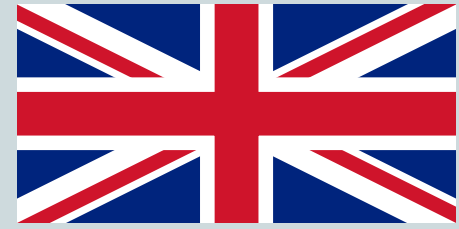
PECAN NUTS

CASHEW

"MOŻE
ZAWIERAĆ
ŚLADOWE
ILOŚCI"

"МОЖЕ
МІСТИТИ
СЛІДИ"

"MAY
CONTAIN
TRACES
OF"



OZNACZA, ŻE NA
TERENIE ZAKŁADU
PRODUKCYJNEGO
ALERGENY MOGĄ
DOSTAĆ SIĘ DO
INNYCH PRODUKTÓW
WSKUTEK
NIEDOKŁADNEGO
PRZYGOTOWANIA
LINII PRODUKCYJNEJ
LUB W WYNIKU
PRZEMIESZCZANIA SIĘ
W POWIETRZU.

ЦЕ ОЗНАЧАЄ, ЩО
АЛЕРГЕНИ НА
ВИРОБНИЧОМУ
ЗАВОДІ МОЖУТЬ
ПОТРАПИТИ
В ІНШУ
ПРОДУКЦІЮ
ЧЕРЕЗ НЕТОЧНУ
ПІДГОТОВКУ
ВИРОБНИЧОЇ
ЛІНІЇ АБО В
НАСЛІДКУ
ПЕРЕМІЩЕННЯ В
ПОВІТРІ.

IT MEANS THAT,
ON THE
PRODUCTION
AREA, ALLERGENS
MAY GET INTO
OTHER
PRODUCTS DUE
TO INACCURATE
PREPARATION OF
THE PRODUCTION
LINE OR AS A
RESULT OF AIR
MOVEMENT.

Składniki: rodzynki, olej słonecznikowy.
Produkt może zawierać śladowe ilości **glutenu,**
orzeszków ziemnych, innych orzechów
oraz **sezamu.**





"PRODUKT BEZGLUTENOWY"

PRODUKT MOŻE ZOSTAĆ OZNACZONY JAKO BEZGLUTENOWY, JEŚLI JEGO PRODUCENT GWARANTUJE, ŻE ZAWIERA ON PONIŻEJ 20 PPM GLUTENU (20 MILIGRAMÓW NA KILOGRAM). PRODUCENT MOŻE GO WÓWCZAS OPISAĆ JAKO „PRODUKT BEZGLUTENOWY”.

ZNAK PRZEKREŚLONEGO KŁOSA PRZEDSTAWIONY PONIŻEJ JEST ZARÓWNO POLSKIM, JAK I MIĘDZYNARODOWYM SYMBOLEM OZNACZAJĄCYM BEZPIECZNĄ ŻYWNOSĆ BEZGLUTENOWĄ.



"БЕЗГЛЮТЕНОВИЙ ПРОДУКТ"

ПРОДУКТ МОЖЕ БУТИ ПОЗНАЧЕНИЙ ЯК БЕЗГЛЮТЕНОВИЙ, ЯКЩО ВИРОБНИК ГАРАНТУЄ, ЩО ВІН МІСТИТЬ МЕНШЕ 20 PPM КЛЕЙКОВИНИ (20 МІЛІГРАМІВ НА КІЛОГРАМ). ПОТІМ ВИРОБНИК МОЖЕ ОПИСАТИ ЙОГО ЯК «БЕЗГЛЮТЕНОВИЙ». ПЕРЕКРЕСЛЕНИЙ ВУШНИЙ ЗНАК, ПОКАЗАНИЙ НИЖЧЕ, Є ОДНОЧАСНО ПОЛЬСЬКИМ І МІЖНАРОДНИМ СИМВОЛОМ БЕЗПЕЧНОЇ ЇЖИ БЕЗ ГЛЮТЕНУ.



"GLUTEN- FREE"

A PRODUCT CAN BE LABELED "GLUTEN-FREE" IF THE MANUFACTURER GUARANTEES THAT IT CONTAINS LESS THAN 20 PPM OF GLUTEN (20 MILLIGRAMS PER KILOGRAM). THE CROSSED GRAIN SYMBOL SHOWN BELOW IS A POLISH AND AN INTERNATIONAL SYMBOL FOR SAFE, GLUTEN-FREE FOOD.





"NIE ZAWIERA LAKTOZY/ BEZLAKTOZOWY"

KIEDY MAKSYMALNA ZAWARTOŚĆ LAKTOZY W PRODUKCIE WYNOŚI 0,01%
(10 MG LAKTOZY NA 100 G PRODUKTU).



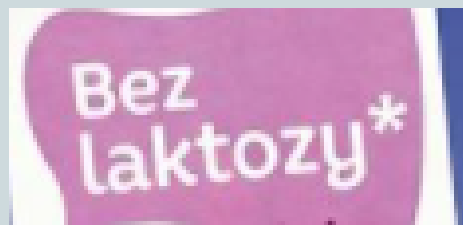
"НЕ МІСТИТЬ ЛАКТОЗИ/ БЕЗЛАКТОЗНИЙ"

ПРИ МАКСИМАЛЬНОМУ ВМІСТІ ЛАКТОЗИ В ПРОДУКТІ 0,01%
(10 МГ ЛАКТОЗИ НА 100 Г ПРОДУКТУ).



"LACTOSE FREE"

WHEN THE MAXIMUM LACTOSE CONTENT IN THE PRODUCT IS 0.01%
(10 MG OF LACTOSE PER 100 G OF PRODUCT).





"ODPOWIEDNI DLA WEGETARIAN"

PRODUKT NIE ZAWIERA SKŁADNIKÓW POZYSKANYCH ZE ZWIERZĄT LUB
PRODUKTY POZYSKANE ZE ZWIERZĄT NIE BYŁY UŻYWANE W PROCESIE
JEGO PRODUKCJI.



"ПІДХОДИТЬ ДЛЯ ВЕГЕТАРІАНЦІВ"

ПРОДУКТ НЕ МІСТИТЬ ІНГРЕДІЄНТІВ, ОТРИМАНИХ ВІД ТВАРИН, АБО
ПРОДУКТИ, ОТРИМАНІ ВІД ТВАРИН, НЕ БУЛИ ВИКОРИСТАНІ У
ВИРОБНИЧОМУ ПРОЦЕСІ.



"SUITABLE FOR VEGETARIANS"

THE PRODUCT DOES NOT CONTAIN INGREDIENTS DERIVED FROM ANIMALS
OR PRODUCTS DERIVED FROM ANIMALS HAVE NOT BEEN USED IN THE
PROCESS OF ITS PRODUCTION.



"ODPOWIEDNI
DLA WEGAN/
PRODUKT
WEGAŃSKI"

"ПІДХОДИТЬ
ДЛЯ ВЕГАНІВ/
ВЕГАНСЬКИЙ
ПРОДУКТ"

"SUITABLE
FOR
VEGANS/
VEGAN
FOOD"



PRODUKT NIE
ZAWIERA ŻADNYCH
SKŁADNIKÓW
POCHODZENIA
ZWIERZĘCEGO LUB
PRODUKTY
POCHODZENIA
ZWIERZĘCEGO NIE
BYŁY UŻYWANE W
PROCESIE JEGO
PRODUKCJI.

ПРОДУКТ НЕ
МІСТИТЬ
ІНГРЕДІЄНТІВ
ТВАРИННОГО
ПОХОДЖЕННЯ
АБО ПРОДУКТИ
ТВАРИННОГО
ПОХОДЖЕННЯ НЕ
БУЛИ
ВИКОРИСТАНІ У
ПРОЦЕСІ
ВИРОБНИЦТВА.

THE PRODUCT
DOES NOT
CONTAIN ANY
INGREDIENTS OF
ANIMAL ORIGIN
OR THE
PRODUCTS OF
ANIMAL ORIGIN
HAVE NOT BEEN
USED IN THE
PRODUCTION
PROCESS.



"PRODUKT LIGHT/ LEKKI"



BY PRODUKT BYŁ LIGHT, JEGO KALORYCZNOŚĆ LUB ZAWARTOŚĆ KONKRETNEGO SKŁADNIKA (ZAZWYCZAJ TŁUSZCZU LUB CUKRU) MUSI BYĆ ZMNIJSZONA O CO NAJMNIJ 30%.

"СВІТЛІ ВИРОБИ"

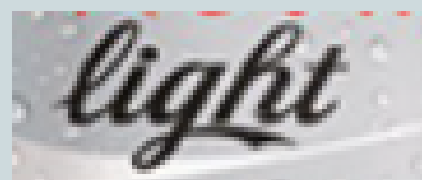


ЩОБ ПРОДУКТ БУВ ЛЕГКИМ, ЙОГО КАЛОРИЙНІСТЬ АБО ВМІСТ ПЕВНОГО ІНГРЕДІЄНТА (ЗАЗВИЧАЙ ЖИРУ АБО ЦУКРУ) НЕОБХІДНО ЗМЕНШИТИ ЩОНАЙМЕНШЕ НА 30%.

"LIGHT"



FOR A PRODUCT TO BE LIGHT, ITS CALORIC CONTENT OR THE CONTENT OF A SPECIFIC INGREDIENT (USUALLY FAT OR SUGAR) MUST BE REDUCED BY AT LEAST 30%.





"BEZ CUKRU/ BEZ DODATKU CUKRU"

PRODUKTY, KTÓRE NIE ZAWIERAJĄ DODANYCH CUKRÓW W OGÓLE LUB MOGĄ BYĆ SŁODZONE SUBSTANCJAMI SŁODZĄCYMI TYPU KSYLITOL, ERYTRYTOL, MALTITOL, STEWIA.



"БЕЗ ЦУКРУ/ БЕЗ ДОДАВАННЯ ЦУКРУ"

ПРОДУКТИ, ЯКІ ВЗАГАЛІ НЕ МІСТЯТЬ ДОДАНИХ ЦУКРІВ АБО МОЖУТЬ БУТИ ПІДСОЛОДЖЕНІ ТАКИМИ ПІДСОЛОДЖУВАЧАМИ, ЯК КСИЛІТ, ЕРИТРИТ, МАЛЬТИТ, СТЕВІЯ.



"SUGAR FREE/NO ADDED SUGARS"

PRODUCTS THAT DO NOT CONTAIN ADDED SUGARS AT ALL OR CAN BE SWEETENED WITH SWEETENERS SUCH AS XYLITOL, ERYTHRITOL, MALTITOL, STEVIA.



Viva!

Akcja dla zwierząt
Organizacja Pożytku Publicznego

Viva!

ZDROWIE

FUNDACJA MIĘDZYNARODOWY RUCH
NA RZECZ ZWIERZĄT - VIVA!

ul. Kawęczyńska 16 lok 39

03-772 Warszawa

NIP 525-21-91-290

Regon 016409834

KRS 0000135274

  @vivazdrowie

