

Deklaration der 14 Hauptallergene lt. ZZVO mit Ziffern

| Ziffer | Allergieauslöser lt. Gesetzestext | Erzeugnisse daraus (Beispiele) | Können vorkommen in (Beispiele) | Besonderheiten |
|--------|---|---|---|---|
| 1. | Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse | Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Grieß | Weizenmehl, Weizenflocken, Kuchen, Pizza, Nudel, Suppen, Saucen, Paniermehl, Desserts, Wurstwaren | Zöliakie: Gluten aus allen nebenstehenden Getreidesorten und Erzeugnisse daraus müssen gemieden werden |
| 2. | Krebstiere und Krebstiererzeugnisse | Shrimps-Paste, asiatische Würzpастen | Suppen, Saucen, Bouillabaise, Sashimi | Achtung bei asiatischen Gerichten |
| 3. | Eier und Eiererzeugnisse | Vollei, Volleipulver, Eigelb, Eiklar | Pfannkuchen, Omelette, Kuchen, Nudeln, Frikadellen, Hackbraten, Saucen, Dressings | Unbedenklich: "Eiweiß" im Rahmen der Nährwertanalyse ist kein Hinweis auf Hühnerei |
| 4. | Fisch und Fischerzeugnisse | Fischgelantine, Fischextrakt, Fischsauce | Fonds, Würzpастen, Suppen, Brotaufstriche, Feinkostsalate | Meiden: Auch Fischgeruch und Dämpfe können zu Beschwerden führen. Daher Fischallergiker nicht in der Nähe der Küche platzieren |
| 5. | Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse | Erdnüsse geröstet, Erdnussöl, Erdnussflocken | Kuchen, Gebäck, Müsli, Feinkostsalate, Marinaden | Meiden: Kontaminationsgefahr bei kaltgepressten Ölen |
| 6. | Soja und Sojaerzeugnisse | Edamame, Miso, Sojadrink, Sojaflocken, Sojamehl | Brot, Kuchen, Gebäck, Margarine, Müsli, Kekse | Unbedenklich: Raffiniertes Sojaöl Achtung: bei asiatischen und vegetarischen Gerichten |
| 7. | Milch und Milcherzeugnisse einschließlich Lactose | Butter, Buttermilch, Butterschmalz, Joghurt, Käse, Lactose, Quark, Sahne | Kuchen, Gebäck, Bratwurst, Aufläufe, Gratin, Kartoffelpüree, Kroketten, Dressings | Unbedenklich: Milchsäure, Lactit, Laktat |
| 8. | Schalenfrüchte | Gemahlene und gehobelte Nüsse Nusspasten, Nusscremes, Nussmus geröstete Nüsse | Müsliriegel, Schokolade, Kekse, Pasteten, Nuss-Nougatcreme, Brot, Kuchen | Achtung: Erdnüsse sind keine Nüsse, sondern Hülsenfrüchte |
| 9. | Sellerie und Sellerieerzeugnisse | Sellerieblatt, Selleriesamen, Selleriesaft | Wurst, Fleischerzeugnisse, Suppen, Eintöpfe, Saucen, Dressing | Sellerie ist als Gewürz im deutschsprachigen Raum weit verbreitet |
| 10. | Senf und Senferzeugnisse | Senfkörner, Senfpulver, Senf | Mayonaise, Suppen, Saucen, Dressing, Fleischerzeugnisse | |
| 11. | Sesamsamen und Sesamerzeugnisse | Sesamsamen, Sesammehl, Sesampaste, Sesamöl | Brot, Knäckebrot, Müsli, Salate, Marinaden, Desserts | Achtung: bei asiatischen, türkischen und vegetarischen Gerichten |
| 12. | Lupinen und Lupinenerzeugnisse | Lupinenmehl, Lupinenprotein, Lupinenkonzentrat | Brot, Gebäck, Pizza, Nudeln, glutenfreie Produkte, Desserts | Achtung: Lupine wird als Ersatz für Soja eingesetzt und kommt häufig in diätetischen Produkten vor. |
| 13. | Weichtiere und Weichtiererzeugnisse | Austernsauce | Paella, Suppen, Saucen, Marinaden, Feinkostsalate | |
| 14. | Schwefeldioxid und Sulfit in einer Konzentration von mehr als 10 mg/ KG oder 10 mg /l | Mit Schwefel behandelt: Trockenobst, Pilze, Tomatenpüree, Kartoffelprodukte | Fruchtzubereitungen, Müsli, Brot, Suppen, Saucen, Sauerkraut | |

Deklarierung der Zusatzstoffe:

A=Farbstoff E 100 – E 180 z. B. Beta-Carotin, Riboflavin bei Azofarbstoffen (E 110, E 104, E 122, E129; E 102, E 124)

B=Konservierungsstoff E 200 – E 219, E 230-E 235, E 239, E 280 - E 285, E 1105 z.B. Sorbin-, Benzoe-, Ameisensäure E 249 – E 252

C=Antioxidationsmittel E 220 Schwefeldioxid, E 300 Ascorbinsäure, E 330 Citronensäure

D=Geschmacksverstärker E 620- E 635 Glutaminsäure, Glutamat

E=Phosphat (Stabilisator) z.B. E 338-E 341, E 450-E 452

F=Eisensalze E 579 Eisen-II-gluconat, E 585Eisen-II-lactat

G=Schwefeldioxid und Sulfite E 220 – E 228

H=Süßstoff/ Süßungsmittel E 950 – E 952, E 954, E 957, E 959, E 420, E 421, E 953, E 965 – E 967

I=Coffein

J=Aroma Chinin oder seine Salze Chininhydrochlorid und Chininsulfat

K=Überzugsmittel, Stoffe zur Oberflächenbehandlung/Trennmittel
E 901– E 904, E 912 + E 914 (Wachs, Zellulose, Schellack)