Produkty mogące zawierać białko pszenicy:

- Aromaty (zawierające aromaty naturalne, identyczne z naturalnymi i sztuczne)
- Sos sojowy, sos hoisin
- Skrobia (skrobia modyfikowana, skrobia roślinna)
- Błonnik zbożowy, błonnik kulinarny
- Beta-glukany
- Kaszki dla niemowląt (pszenne i wielozbożowe)
- Surimi
- Wędliny zawierające białko roślinne (mogą zawierać skrobię, jako składnik glazury)
- Dania gotowe zawierające panierkę, w tym mrożone np. paluszki rybne
- Panierki do mięsa w proszku
- Sosy do mięsa
- Kremy do ciasta w proszku
- Frytki i mrożone frytki (mogą być posypywane mąką dla zwiększenia chrupkości po smażeniu lub pieczeniu)
- Pasztet
- Mięso garmażeryjne, mielone – może zawierać dodatek błonnika pszennego lub mąki
- Wszystkie produkty, na etykietach których producent umieścił informację o stosowaniu w/w produktów na terenie zakładu i/lub o śladowej obecności w/w składników w produkcie

Jak czytać etykiety w alergii na:

PSZENICĘ

Opracowanie 2021:
dr hab. n. med. Andrea Horvath, dr n. med. Agnieszka Krauze

Jak czytać etykiety w alergii na pszenicę:

Unikaj pokarmów zawierających pszenicę oraz któregokolwiek z poniżej wymienionych składników:

- **Orkisz, płaskurka, durum, kamut** (dawna odmiana pszenicy durum) – **ziarno** (całe i łamane), **otręby, płatki, mąki, skrobie z nich otrzymywane**
- **Pszenżyto**
- **Kasza bulgur, kasza kus-kus**
- **Kasza manna, grysik, kasza krakowska**
- **Mąka** (wszystkie postaci np. semolina, pełnoziarnista, razowa, krupczatka, dowolny typ od 0 do 3000)
- **Pieczywo i pieczywo cukiernicze, grzanki do zup i sałatek, maca, pieczywo chrupkie**
- **Bułka tarta**
- **Gluten pszenny**
- **Seitan** – wegański zamiennik mięsa wyrabiany z czystego glutenu
- **Makaron**
- **Trawa pszeniczna**
- **Zarodki pszenne**
- **Olej z zarodków pszennych i/lub kiełków pszenicy**
- **Kiełki pszenicy**, w tym marynowane i mrożone, stosowane np. w kuchni azjatyckiej
- **Teksturowane białka pszenicy**, stosowane np. w produktach wegańskich
- **Komunikanty i opłatki**
- **Piwo pszeniczne**
- **Skrobia pszenna**, w tym żelatynizowana
- **Hydrolizowane białko roślinne**
- **Koncentraty ciast w proszku**
- **Kutia**

Produkty mogące zawierać białko pszenicy:

- Aromaty (zawierające aromaty naturalne, identyczne z naturalnymi i sztuczne)
- Sos sojowy, sos hoisin
- Skrobia (skrobia modyfikowana, skrobia roślinna)
- Błonnik zbożowy, błonnik kulinarny
- Beta-glukany
- Kaszki dla niemowląt (pszenne i wielozbożowe)
- Surimi
- Wędliny zawierające białko roślinne (mogą zawierać skrobię, jako składnik glazury)
- Dania gotowe zawierające panierkę, w tym mrożone np. paluszki rybne
- Panierki do mięsa w proszku
- Sosy do mięsa
- Kremy do ciasta w proszku
- Frytki i mrożone frytki (mogą być posypywane mąką dla zwiększenia chrupkości po smażeniu lub pieczeniu)
- Pasztet
- Mięso garmażeryjne, mielone – może zawierać dodatek błonnika pszennego lub mąki

Wszystkie produkty na opakowaniach, których producent umieścił informację o śladowym występowaniu w/w produktów na terenie zakładu i/lub o śladowej obecności w/w składników w produkcie;

Jak czytać etykiety w alergii na: PSZENICĘ