

## HA KOLL PÅ ALLERGENER - INFORMATION TILL DIG SOM SERVERAR LIVSMEDEL

Matgästen har rätt att få information om allergener/intolerans som finns i maten. Du som serverar livsmedel behöver ha rutiner så du kan lämna korrekt information om exempelvis allergener till din matgäst. Det finns krav på hur du ska informera.

Du som serverar mat direkt till kunden eller lämnar mat över disk behöver snabbt kunna informera kunden om ämnen som orsakar allergi eller intolerans. Exempel på verksamheter är restaurang, pizzeria, café, delikatessdisk i matbutik.

### Allergenlistan

**Spannmål som innehåller gluten** (t.ex. vete, råg, korn, havre)

**Kräftdjur**

**Ägg**

**Fisk**

**Jordnötter**

**Sojaböner**

(t.ex. sojalecitin som kan finnas i margarin)

**Mjök och mjölkprodukter** (inklusive laktos t.ex. vasslepulver, mjölkpulver, smör, ost)

**Nötter**

(t.ex. hasselnöt, valnöt, cashewnöt, pekannöt, paranöt, pistaschmandel, macadamianöt, mandel,)

**Selleri**

(t.ex. i buljong)

**Senap**

**Sesamfrön**

**Svaveldioxid och sulfid**

**Lupin**

**Blötdjur**

(t.ex. musslor, snäckor, bläckfisk)

**Olika metoder för att informera om innehållet i maten**

- Skrivna skylt nära maten.
- Skriftligt material som presenterar eller följer med maten.
- Muntlig kommunikation.
- Allergener som ingår i maten kan läsas av namnet, ex sojaburgare.
- Information på en läsplatta eller datorskärm nära serveringen.

Vanligast är att restauranger väljer att skriva ut alla allergener på menyer eller att sätta skyltar på menyer och vid kassan med information att kunden ska fråga personalen.

### Meny

Stekt torsk (**fisk**, **ägg**, **rågmjöl**, **mjölk**) med stekt potatis (**smör**), kall sås (**mjölk**)

Räksallad

(**kräftdjur**, **ägg**, **sojaböner**, **senap**, **mjölk**, **vete**)

Alla pizzor innehåller **vetemjöl**, **ägg** och **mjölk**.

**Är du allergisk?  
Fråga personalen vad maten innehåller!**

Ni måste kunna berätta om alla ingredienser på all mat ni serverar. Ni behöver ha rutiner för detta. Ni kan exempelvis skriva ner rättens alla allergener direkt på kärnen eller i en receptpärm. Tänk på att även kryddblandningar kan innehålla allergener. Tänk också på att spara all information så länge maten sparas.

Dessa regler gäller alla livsmedel som är avsedda för konsumenter och som inte är förpackade. För förpackad mat finns det andra regler, läs mer på [www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se).

Reglerna finns i EU förordning 1169/2011 om livsmedelsinformation till konsumenterna och i Livsmedelsverkets föreskrifter om livsmedelsinformation LIVSFS 2014:4.