

# Ingrediëntenlijst en allergenen

|                |  |                    |  |
|----------------|--|--------------------|--|
| <b>GERECHT</b> |  |                    |  |
| <b>Datum</b>   |  | <b>Bereid door</b> |  |

1. Noteer alle ingrediënten welke gebruikt zijn. Wees hier heel secuur in!
2. Lees het etiket of raadpleeg een databank voor de allergeneninformatie van elk ingrediënt. Geef met een '✓' aan welke allergenen elk afzonderlijk ingrediënt bevat. Gebruik '?' voor kruisbesmetting als je die info wilt kunnen communiceren (niet wettelijk verplicht, maar wel handig om te weten voor het beantwoorden van vragen).
3. Maak een samenvatting van alle aanwezige allergenen in het gerecht. Geef per kolom aan of er een '✓' en/of een '?' in voorkomt.

| INGREDIËNTEN  | MERK |  Vis |  Gluten |  Soja |  Ei |  Melk |  Schaaldieren |  Noten |  Weekdieren |  Pinda's |  Sesamzaad |  Lupine |  Selderij |  Mosterd |  Zwaveldioxide |
|---------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
|               |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |
| <b>TOTAAL</b> |      |                                                                                       |                                                                                          |                                                                                         |                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                  |                                                                                           |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                               |                                                                                            |                                                                                              |                                                                                             |                                                                                                   |