

ALLERGEENIDE JA TALUMATUST TEKITAVATE AINETE ESITAMINE TOIDU MÄRGISTUSEL

Vastavalt kehtivatele nõuetele¹²³ tuleb toidu märgistusel allergeenidena rõhutatult välja tuua teatud koostisosad. Need esitatakse koostisosade loetelus teistest koostisosadest eristuva kujul, näiteks **paksus kirjas**, **alla joonitult** või erineva taustavärviga, viidates selgesõnaliselt allergeeni nimetusele. Kui koostisosade loetelu ei ole, esitatakse allergeeni sõnaga "sisaldab".

Kui toidu nimetus viitab selgelt allergeenile ja selle toidu koostisosad loetelu esitamist ei nõuta, ei pea allergeeni nimetust välja tooma – **juust**, **kohupiim**, **hapupiim**, **piim**, **lõhe**, **krevetid**.

Kui pole kindlust, et tarbija seostab toidu nimetust allergeeni nimetusega, tuleb viimane eraldi välja tuua – kamut (**nisu**), bulgur (**nisu**), gluteen (**nisu**), **nisugluteen**, **nisumanna**, vadak (**piim**), laktoos (**piim**), tilaapia (**kala**), langust (**koorikloom**).

Liitsõna puhul võib rõhutada kogu sõna või ainult allergeeni nimetust – **nisugluteen**, **munapulber**, **speltanisu**.

Sõltumata koostisosade esitamise eranditest, tuleb allergeenid alati välja tuua – maitsetaimed (sh **seller**), vürtsid (sh **sinep**), lõhna- ja maitseaine (**mandel**), vein (sisaldab **sulfiiteid**).



GLUTEENI SISALDAVAD TERAVILJAD

Nisu (ka speltanisu, turaani nisu (kamut)), rukis, oder, kaer või nende hübriidliinid ja neist valmistatud tooted. Nt nisujahu, rukkilinnased, odralinnaseekstrakt, kaerahelbed. Võib lisada märke „gluteen“ (nt **nisujahu** (gluteen)). Ka siis kui lõpptoode on „gluteenivaba“ või „väga väikese gluteenisaldusega“⁴, tuleb teraviljad rõhutatult esitada, nt gluteenivaba **kaer**.

Rõhutama ei pea: *nisul põhinevad glükoosiisurupid, sh glükoos/dekstroos; nisul põhinevad maltodekstriinid; odral põhinevad glükoosiisurupid; teraviljad, millest valmistatakse põllumajandusliku päritoluga destillaati, sh etüülalkoholi.*



PIIM

Kõikide loomaliikide piim (nt lehm, kits, lammas) ja piimatooted – piim, rööskoor, hapukoor, või, juust, kodujuust, jogurt, keefir, koorepulber, lõssipulber, kondenspiim, laktoos, vadak jne.
Rõhutama ei pea: *vadak, millest valmistatakse põllumajandusliku päritoluga destillaati, sh etüülalkoholi; laktiitool.*



MUNAD

Kõikide linnuliikide munad (nt kana, part, vutt, hani) ja munatooted – värsked või töödeldud munad, munamass, munapulber jne.



KALA

Kõik kalaliigid – kala ja kalatooted, aga ka kalakastet või -puljongit sisaldavad tooted jne.
Rõhutama ei pea: *kalaželatiin, mida kasutatakse vitamiinide või karotenoidpreparaatide kandjana; kalaželatiin või kalaliim, mida kasutatakse selitusainena õlles ja veinis.*



KOORIKLOOMAD

Vähid, krevetid, garneelid, langustid, homaarid jne ning neist valmistatud tooted.



MOLLUSKID

Erinevad söödavad karbid (nt rannakarbid, kammkarbid), austrid, teod, kalmaarid, kaheksajalad jne ning neist valmistatud tooted. Lisaks tervena kasutamisele võib molluskeid olla kasutada erinevate toodete, näiteks austrikastme, koostises.



MAAPÄHKLID

Maapähkel ehk arahiis on kaunvili, mis valmib mullas. Maapähklid võivad olla terved või purustatud, jahu, õli või võidena. Kasutatakse sageli küpsetiste, kondiitritoodete või kastmete koostises. Allergeenina rõhutamisel tuleb kasutada sõna „maapähkel“.



PÄHKLID

Mandlid, sarapuupähklid, kreeka pähklid, india pähklid (kašupähklid), pekanipähklid, brasiilia pähklid (parapähklid), pistaatsiapähklid, makadaamiapähklid ja neist valmistatud tooted. Pähkleid ja mandleid on paljude toitude koostises: küpsetised, kondiitritooted, magustoidud, kreemid, martsipan, õlid, kastmed, aasiapärsed toidud jne.

Rõhutama ei pea: *pähklid, millest valmistatakse põllumajandusliku päritoluga destillaati, sh etüülalkoholi; siin loetlemata pähklid ja toiduid, mille nimetuses on sõna „pähkel“ (nt piiniapähkel, kookospähkel), kuid mis botaaniliselt ei ole pähklid.*



SEESAMISEEMNED

Seesamiseemned ja neist valmistatud tooted. Seesamiseemneid kasutatakse tervelt, näiteks küpsetistes, seesamiseemnejahu ja -õlina, aga ka toitude koostisosana (tahiini pasta, hummus).



SOJAOAD

Sojaoad ja -tooted. Sojat on erineval kujul paljude toitude koostises – tofu, miso pasta, kastmed, sojavalg, -jahu, -õli ja -jook, lihatooted jne.

Rõhutama ei pea: *täielikult rafineeritud sojaõli ja -rasv; sojaost saadud looduslikult segatud tokoferoolid (E306), looduslik D- α -tokoferool, looduslik D- α -tokoferoolatsetaat, looduslik D- α -tokoferoolsuksinaat; sojaost saadud taimsete õlide fütosteroolid ja fütosteroleestrid; sojaost saadud taimsete õlide steroolidest toodetud taimne stanoollester.*



SELLER

Seller ja selleritooted – värsked või kuivatatud selleri varred, lehed, juured või seemned, aga ka selleriõli, selleriseemneõli, seller maitsesoola või maitseainesegu koostises jne.



SINEP

Sinep ja -sinepitooted – sinepilehed ja -seemned, idandatud sinepiseemned, lauasinep, sinepipulber, sinepiseemneõli, sinepiõli jne. Sinepit võib olla näiteks marinaadides, salatikastmetes, muudes kastmetes, suppides jne.



LUPIIN

Lupiin on taim, mille kõrge valgusisaldusega seemneid kasutatakse toiduks lupiinijahu ja -seemnetena. Kasutatakse näiteks pagari- ja kondiitritoodetes ning makaronitoodetes.



VÄÄVELDIOKSIID JA SULFITID

Tuukse välja, kui sisaldub tarvitamisvalmis toidus kontsentratsioonina üle 10 mg/kg või 10 mg/l (arvutatuna SO₂ üldsisaldusena toote suhtes). Kasutatakse sageli kuivatatud puuviljade ja marjade säilitamiseks, aga ka karastusjookides, õlles ja veinis ning muudes toodetes (nt lisained E220 - E228).

¹ Euroopa Liidu määrus nr 1169/2011

² Pakendamata toit - põllumajandusministri 11.03.2015 määrus nr 24.

³ Euroopa Komisjoni teatis C/2017/4864

⁴ Euroopa Liidu määrus nr 828/2014.