

1  **CEREALI**
Cereali, grano, segale, orzo, avena, farro, kamut, inclusi ibridati derivati

2  **CROSTACEI**
Marini e d'acqua dolce: gamberi, scampi, aragoste, granchi e simili

3  **UOVA**
Uova e prodotti che le contengono: maionese, emulsionati, pasta all'uovo

4  **PESCE**
Prodotti alimentari in cui è presente il pesce, anche se in piccole percentuali

5  **ARACHIDI E DERIVATI**
Snack confezionati, creme e condimenti in cui sia presente anche in piccole dosi

6  **SOIA**
Prodotti derivati come: latte di soia, tofu, spaghetti di soia e simili

7  **LATTE E DERIVATI**
Ogni prodotto in cui viene usato il latte: yogurt, biscotti, torte, gelato e creme

8  **FRUTTA A GUSCIO**
Mandole, nocciole, noci comuni, noci di acagiù, noci pecan, anacardi e pistacchi

9  **SEDANO**
Sia in pezzi che all'interno di preparati per zuppe, salse e concentrati vegetali

10  **SENAPE**
Si può trovare nelle salse e nei condimenti, specie nella mostarda

11  **SESAMO**
Semi interi usati per il pane, farine anche se lo contengono in minima percentuale

12  **ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI**
Cibi sott'aceto, sott'olio e in salamoia, marmellate, funghi secchi, conserve, ecc.

13  **LUPINI**
Presenti in cibi vegan sotto forma di: arrosti, salamini, farine e similari

14  **MOLLUSCHI**
Canestrello, cannolicchio, capasanta, cozza, ostrica, patella, vongola, tellina