Kiwwix

Carta de alérgenos

Los 14 alérgenos que hay que declarar, plato a plato.

Local: _____ **Carta o temporada:** _____ **Revisada el:** _____ **Responsable:** _____

PLATO	GLUTEN	CRUSTÁCEOS	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITOS	ALTRAMUZ	MOLUSCOS	PUEDE CONTENER (TRAZAS)
Croquetas de jamón	X		X				X								
Ensalada César	X		X	X			X			X					

CÓMO SE RELLENA

- Marca con una X cada alérgeno del plato completo: salsas, rebozados, pan, guarnición y lo que se usa para terminarlo.
- Sácalos de la etiqueta de cada ingrediente que compras: los alérgenos van destacados en la lista de ingredientes. Si cambias de proveedor o de marca, vuelve a mirarla.
- Gluten: trigo, centeno, cebada, avena, espelta y kamut. Frutos de cáscara: almendra, avellana, nuez, anacardo, pacana, nuez de Brasil, pistacho y macadamia. Sulfitos: si pasan de 10 mg por kg o por litro.
- «Puede contener»: solo si hay un riesgo real que no puedes evitar, como la misma freidora para todo. No lo pongas en todos los platos por cubrirte.
- Revisa la tabla cada vez que cambie una receta o un ingrediente, y apunta arriba la fecha.
- Tenla a mano en sala y en cocina. Si los alérgenos no van en la carta, pon a la vista del cliente un aviso de que puede preguntar por ellos.
- Esta hoja te ayuda a organizarte; no sustituye al análisis de tus recetas ni a tu plan de higiene. Si tienes dudas, consulta a la sanidad de tu comunidad autónoma.

La fila sombreada es un ejemplo: bórrala y escribe la tuya.