



# Innihaldsefni / ofnæmis- eða óþolsvaldar

## - Matseðlar á netinu -

Þegar **matseðill er á netinu**, t.d. á heimasíðu, pöntunarsíðu, samfélagsmiðli eða í smáforriti, þarf að veita upplýsingar um innihaldsefni og ofnæmis- eða óþolsvalda.

**Innihaldsefni:** Öll efni í rétti, þar með talið samsett innihaldsefni eins og t.d. hráefni í sósum og kröftum.

**Ofnæmis- eða óþolsvaldar:** Þau innihaldsefni sem skylt er að merkja sérstaklega; korn sem inniheldur **glúten**, **krabbadýr**, **egg**, **fiskur**, **jarðhnetur**, **sojabaunir**, **mjólk** (þ.m.t. **laktósi**), **hnetur**, **sellerí**, **sinnep**, **sesamfræ**, **brennisteinsdíoxíð** og **súlfít**, **lúpína**, **lindýr**.

### MATSEÐILL

Ertu með fæðuofnæmi eða óþol? Smelltu hér til að sjá upplýsingar um innihaldsefni.

#### RÉTTUR 1

Brauð, ostur, skinka, kokteilsósa.

#### RÉTTUR 2

Bleikja, aspas, gljái.

#### RÉTTUR 3

Súkkulaðibitakaka, kakó.

#### RÉTTUR 4

Hamborgari, franskar.

#### RÉTTUR 5

Pasta, sveppir, rjómi.

#### RÉTTUR 6

Núðlur, sósa, grænmeti.

Dæmi um matseðil með tilvísun í upplýsingar um innihaldsefni og ofnæmis- eða óþolsvalda.

Ef greitt er á netinu þurfa upplýsingar um innihaldsefni og ofnæmis- eða óþolsvalda að birtast með skýrum og aðgengilegum hætti, t.d. með hnappi sem vísar á upplýsingarnar.

Ef ekki er hægt að greiða á netinu má vísa í símanúmer. Starfsfólk sem svarar í síma skal hafa hlotið þjálfun og fræðslu til að veita upplýsingarnar á réttan hátt.

### Innihaldsefni og ofnæmis- eða óþolsvaldar

RÉTTUR 1: Brauð (**hveiti**, vatn, ger, sykur, ýruefni (E471), salt, jurtaolía (sólblóma-olía), **sojamjöl**, dextrósi, bindiefni (E412)), ostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252)), skinka (grísakjöt, vatn, kartöflumjöl, þrúgusykur, salt, **soja**prótein, bindiefni (E410), bragðefni, rotvarnarefni (E250)), kokteilsósa (**soja**olía, vatn, tómatþykkni, **eggjarauður**, sykur, krydd (inniheldur **fisk**, **sellerí** og **soja**), bindiefni (E410), salt, edik, **sinnepsmjöl**, rotvarnarefni (E260).

Dæmi um innihaldslista. Ofnæmis- eða óþolsvalda þarf að sérmerkja.