



# Food-Info Allergy Dictionary English – Polski



## allergy

allergen  
allergen-free  
allergic  
anaphylactic shock

anti-histaminics  
food allergy  
food hypersensitivity  
food intolerance  
histamine  
I am allergic to...  
intolerant  
protein

## dairy products

butter  
buttermilk  
casein  
cheese  
cow's milk  
cream  
goat milk  
kefir  
lactose  
lactose intolerance  
milk  
milk protein  
milk sugar  
sheep milk  
whey  
whey powder  
whipped cream  
yoghurt

## peanut tree nuts

almond  
apricot kernel  
Brazil nut  
cashew nut

## alergia

alergen  
wolny od alergenów  
alergiczny  
wstrząs anafilaktyczny /szok  
anafilaktyczny  
leki antyhistaminowe  
alergia pokarmowa  
nadwrażliwość pokarmowa  
nietolerancja pokarmowa  
histamina  
jestem uczulony na ...  
nietolerancja  
białko

## nabiał, produkty mleczarskie

masło  
maślanka  
kazeina  
ser  
mleko krowie  
śmietana  
mleko kozie  
kefir  
laktoza  
nietolerancja laktozy  
mleko  
białko mleka  
cukier mleczny  
mleko owcze  
serwatka  
serwatka w proszku  
bita śmietana  
jogurt

## orzech ziemny orzechy

migdał  
jądro moreli  
orzech brazylijski  
orzech nerkowca, nerkowiec

chestnut  
coconut  
hazelnut  
kemiri nut  
macadamia nut  
nuts  
peanut oil, arachid oil

peanut sauce, sateh  
sauce  
peanutbutter  
pecan nut  
pine nut  
pistachio  
walnut  
walnut oil

## soybean

lecithin  
soy oil  
soy protein  
soy sauce  
tempeh  
tofu, bean curd

## legumes

bean  
lentils  
lupin  
pea  
pulses

## gluten

amaranth  
barley  
bran  
buckwheat  
bulgur  
  
celiac disease  
corn, maize

kasztan jadalny  
kokos  
orzech laskowy  
orzech kemiri  
orzech makadamia  
orzechy  
olej orzechowy, olej  
arachidowy

sos orzechowy, sateh sos  
masło orzechowe  
orzech pekanowy  
orzech sosnowy  
pistacje  
orzech włoski  
olej z orzecha włoskiego

## soja

lecytyna  
olej sojowy  
białko soi  
sos sojowy  
tempeh  
tofu

## rośliny strączkowe

fasola  
soczewica  
łubin  
groch  
jadalne nasiona roślin  
strączkowych

## gluten

amarant  
jęczmień  
otręby  
gryka  
bulgur, kasza z ziarna  
pszennego  
choroba trzewna; celiakia  
kukurydza

flour  
gliadin  
gluten intolerance  
glutenin  
kamut  
millet  
oats  
rice  
rye  
spelt  
starch  
tapioca  
triticale  
wheat

## seafood

anchovy  
carp  
cod  
crab  
fish  
flatfish  
haddock  
herring  
lobster  
mackerel  
mussels  
octopus  
oyster  
perch, bass  
plaice  
salmon  
shellfish  
shrimp  
sole  
swordfish  
trout  
tuna

mąka  
gliadyna  
nietolerancja glutenu  
glutenina  
kamut  
proso  
owies  
ryż  
żyto  
orkisz  
skrobia  
tapioka  
pszenżyto  
pszenica

## owoce morza

sardela  
karp  
dorsz  
krab  
ryba  
płaszczka  
łupacz, płamiak  
śledź  
homar  
makrela  
małże  
ośmiornica  
ostryga  
okoń  
gładzica  
łosoś  
skorupiaki, małże  
krewetka  
sola  
miecznik  
pstrąg  
tuńczyk



# Food-Info Allergy Dictionary English – Polski



## chicken

**egg**  
albumin  
conalbumin  
egg lecithin  
egg white  
egg yolk  
globulin  
lysozyme  
mayonnaise  
ovo-albumin

## meat

beef  
ham  
hamburger  
lamb  
meat replacer  
minced meat  
muscle protein  
mutton  
pork  
salami  
sausage  
veal

## spices

### herbs

anise, aniseed  
basil  
black mustard  
caraway  
celery  
cinnamon  
coriander  
fennel  
garlic  
mustard  
mustard oil  
nutmeg  
onion  
parsley

## kurczak

### jajo, jajko

albumina  
konalbumina  
lecytyna jaja  
białko jaja, białko jajka  
żółtko jaja, żółtko jajka  
globulina  
lizozym  
majonez  
albumina jaja

## mięso

wołowina  
szynka  
hamburger  
jagnięcina  
substytut mięsa  
mięso mielone  
białko mięśniowe  
baranina  
wieprzowina  
salami  
kielbasa  
cielęcina

## przyprawy

### zioła

anyż  
bazylija  
czarna musztarda  
kminek  
seler  
cynamon  
kolendra  
koper, koper włoski  
czosnek  
musztarda  
olej musztardowy  
gałka muszkatołowa  
cebula  
pietruszka

pepper  
peppermint  
sage  
thyme  
yellow mustard

## chocolate

cocoa  
cocoa butter  
cocoa mass  
cocoa powder

## additives

azo-colours  
benzoate  
benzoic acid  
food colours  
glutamate, MSG  
preservatives  
salicylate  
sorbate  
sorbic acid  
sulphite  
sulphur dioxide  
tartrazine  
vanilla  
vanillin

## sugar sweetener

aspartame  
dextrose  
fructose  
fruit sugar  
glucose  
glucose syrup  
honey  
inulin  
invert sugar  
lactitol  
lactulose

pieprz  
mięta pieprzowa  
szałwia  
tymianek  
żółta musztarda

## czekolada

kakao  
masło kakaowe  
masa kakaowa  
kakao w proszku

## dodatki do żywności

barwniki azowe  
benzoesan  
kwas benzoesowy  
barwniki do żywności  
glutaminian  
konserwanty  
salicylan  
sorbinian  
kwas sorbinowy  
siarczyn  
dwutlenek siarki  
tartrazyna  
wanilia  
wanilina

## cukier substancja słodząca, słodzik

aspartam  
dekstroza  
fruktoza  
cukier owocowy  
glukoza  
syrop glukozowy  
miód  
inulina  
cukier inwertowany  
laktitol  
laktuloza

maltitol  
sorbitol  
sucrose  
xylitol

## fruit vegetables

apple  
avocado  
banana  
broccoli  
carrot  
cherry  
citrusfruit  
cucumber  
date  
fig  
grape  
grapefruit  
kiwi  
lemon  
lime  
mandarin  
orange  
orange juice  
peach  
pear  
plum  
spinach  
strawberry  
tomato

**yeast**  
yeast extract  
**sesame seed**  
sesame oil  
**alcohol**  
**sunflower seeds**  
**mushroom**  
**oyster mushroom**

maltitol  
sorbitol  
sacharoz  
ksylitol

## owoc warzywa

jabłko  
awokado  
banan  
brokuły  
marchew  
wiśnia  
owoce cytrusowe  
ogórek  
daktyl  
figa  
winogrono  
grapefruit  
kiwi  
cytryna  
limonka  
mandarynka  
pomarańcza  
sok pomarańczowy  
brzoskwinia  
gruszka  
śliwka  
szpinak  
truskawka  
pomidor

**drożdże**  
ekstrakt drożdżowy  
**nasiona sezamu**  
olej sezamowy  
**alkohol**  
**nasiona słonecznika**  
**grzyby**  
**bocznik ostrygowaty**