



Tarjeta de alergias para enseñar en Croacia

En croata. Marca tus alergias, imprímela o guárdala en el móvil y enséñala antes de pedir.

Imam tešku alergiju na hranu koja je označena. Molim vas, moje jelo ne smije sadržavati te namirnice niti doći u dodir s priborom ili uljem koji su ih dotakli.

Tengo alergia alimentaria grave a lo que está marcado. Por favor, mi plato no puede contenerlo ni tocar utensilios o aceite que lo hayan tocado.

Možete li u kuhinji provjeriti sadrži li moje jelo nešto od toga?

¿Puede comprobar con cocina si mi plato lo lleva?

Pescado

☐ **Riba (sve vrste)**

Pescado (todo tipo)

☐ **Inćuni i srdele**

Anchoas y sardinas

☐ **Tuna i skuša**

Atún y caballa

☐ **Bakalar**

Bacalao

Marisco

☐ **Rakovi (sve vrste)**

Crustáceos (todo tipo)

☐ **Kozice i škampi**

Gambas, langostinos y cigalas

☐ **Jastog i hlap**

Langosta y bogavante

☐ **Dagnje**

Mejillones

☐ **Kamenice i ostale školjke**

Ostras, almejas y otros moluscos de concha

☐ **Lignje, sipa i hobotnica**

Calamar, sepia y pulpo

Frutos secos y semillas

☐ **Kikiriki**

Cacahuete

☐ **Bademi**

Almendras

☐ **Lješnjaci**

Avellanas

☐ **Orasi**

Nueces

☐ **Indijski oraščići**

Anacardos

☐ **Pistacije**

Pistachos

☐ **Pekan orasi, brazilski orasi i makadamije**

Pacanas, nueces de Brasil y de macadamia

☐ **Sezam**

Sésamo

Cereales, huevo, leche y soja

☐ **Pšenica, raž, ječam, zob i pir**

Trigo, centeno, cebada, avena y espelta (gluten)

☐ **Jaja**

Huevo

☐ **Mlijeko i mliječni proizvodi**

Leche y lácteos

☐ **Sir, vrhnje, maslac i svježi sir**

Queso, nata, mantequilla y requesón

☐ **Soja**

Soja

Otros

☐ **Celer**

Apio

☐ **Gorušica (senf)**

Mostaza

☐ **Sulfiti (sumporni dioksid)**

Sulfitos

☐ **Lupina**

Altramuces

☐ **Želatina**

Gelatina

194

Ako dobijem alergijsku reakciju, molim vas, pozovite hitnu pomoć.

Si tengo una reacción, llamen a una ambulancia. · Ambulancia: 194

Hvala vam na pomoći!

Gracias por su ayuda

1. Marca con una cruz los alimentos a los que eres alérgico.

2. Enséñala al pedir, también en puestos callejeros y si cambia el camarero.

3. Lleva tu medicación de rescate (adrenalina, antihistamínico) y el informe médico.

En Croacia, restaurantes y bares deben informar por escrito de los 14 alérgenos de la UE, o con un cartel que diga dónde consultarlos o que preguntes al personal; ojo: el crni rižot lleva sepia y su tinta, y los štrukli, masa de trigo, requesón, huevo y nata. La traducción es orientativa: si la reacción puede ser grave, no te fíes solo de la tarjeta. Fuentes: Pravilnik o informiranju potrošača o nepretpakiranoj hrani (NN 144/14), gov.hr (ambulancia, 194), Cámara de Economía de Croacia (HGK) y Reglamento (UE) 1169/2011