



Tarjeta de alergias para enseñar en Eslovaquia

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

Mám ťažkú potravinovú alergiu na označené potraviny. Prosím, moje jedlo ich nesmie obsahovať ani prísť do kontaktu s náčiním alebo olejom, ktoré sa ich dotkli.

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.

Môžete, prosím, overiť v kuchyni, či to moje jedlo obsahuje?

¿Puede comprobar con cocina si mi plato lo lleva?

Pescado y marisco

- ☐ **Krevety**
Gambas y langostinos
- ☐ **Kraby**
Cangrejo
- ☐ **Homáre a langusty**
Bogavante y langosta
- ☐ **Mušle a ustrice**
Mejillones, almejas y ostras
- ☐ **Chobotnice a kalamáre**
Pulpo y calamar
- ☐ **Ryby (všetky druhy)**
Pescado (todo tipo)
- ☐ **Kapor a pstruh**
Carpa y trucha

Frutos secos y semillas

- ☐ **Arašidy (búrske oriešky)**
Cacahuete
- ☐ **Vlašské orechy**
Nueces
- ☐ **Lieskové orechy**
Avellanas
- ☐ **Mandle**
Almendras
- ☐ **Kešu orechy**
Anacardos
- ☐ **Pistácie**
Pistachos
- ☐ **Sezam**
Sésamo
- ☐ **Mak**
Semillas de amapola

Cereales, huevo, leche y soja

- ☐ **Pšenica a špalda**
Trigo y espelta (gluten)
- ☐ **Raž, jačmeň a ovos**
Centeno, cebada y avena (gluten)
- ☐ **Vajcia**
Huevo
- ☐ **Mlieko, smotana, maslo a syr**
Leche, nata, mantequilla y queso
- ☐ **Sója**
Soja

Carnes

- ☐ **Hovädzie mäso**
Ternera y vacuno
- ☐ **Bravčové mäso**
Cerdo
- ☐ **Kuracie mäso**
Pollo
- ☐ **Želatína**
Gelatina

Frutas y verduras

- ☐ **Zeler**
Apio
- ☐ **Kiwi**
Kiwi
- ☐ **Broskyne**
Melocotón
- ☐ **Jablká**
Manzana

Otros

- ☐ **Horčica**
Mostaza
- ☐ **Siričitany (oxid siričitý)**
Sulfitos
- ☐ **Vlčí bôb (lupina)**
Altramuces

155

Ak budem mať alergickú reakciu, zavolajte, prosím, záchranku.

Si tengo una reacción, llamen a una ambulancia. · Ambulancia: 155

Ďakujem za vašu pomoc.

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.

Desde 2018 los restaurantes eslovacos deben indicar los 14 alérgenos de la UE; en la carta suelen ir con números tras «Obsahuje» (1 gluten, 7 leche...). Ojo: las bryndzové halušky llevan harina y queso de oveja, y muchos bollos van rellenos de nueces o de mak (amapola). La traducción es orientativa: si la reacción puede ser grave, no te fíes solo de la tarjeta. Fuentes: Decreto 243/2015 eslovaco (modificado por el 81/2018), Reglamento (UE) 1169/2011, slovensko.sk (números de emergencia) y Slovakia.travel

