



花生 過敏原卡

如果你對花生過敏，
應避開以下食物：

一些含有花生的食物：

Arachis oil 花生油
Beer nuts 啤酒堅果
Goober nuts 古柏堅果
Groundnuts 花生
Madelonas 馬德洛納斯
Mixed nuts 混合堅果
Monkey Nuts 猴子堅果
Nu-nuts 堅果
Nut pieces 堅果片
Nutmeat 肉荳蔻
Peanut 花生
Peanut butter 花生醬
Peanut Brittle 花生碎
Peanut Flour 花生粉
Peanut Sauce 花生醬
Peanut oil (cold pressed,
expelled or extruded)
花生油（冷壓、擠壓或擠壓）
Peanut sprouts 花生芽

非洲菜
亞洲/印度菜
餅乾
早餐麥片
巧克力
甜品
乾果混合
肉汁
健康食品
雪糕
棒棒糖
扁桃仁膏
墨西哥菜
牛軋糖
果仁糖
香蒜
沙拉/沙拉醬
沙爹
醬料
零食
湯
素食菜餚

注意：此清單只列部分含有花生的食物/食材，所以進食任何食物前，謹記看清楚食物標籤及了解清楚食物的成份。

對堅果過敏的人士一般可以進食椰子

謹記：化妝品、乳液、洗髮水、潤膚霜等可能含有致敏原。一些藥物（處方藥和非處方藥）和療法也可能含有致敏原。