



## REGIME D'EVICITION EN CAS D'ALLERGIE A L'OEUF

**SUPPRIMER TOUT PRODUIT COMPORTANT LES MENTIONS SUIVANTES :**  
**Œuf, blanc d'œuf, jaune d'œuf, protéine d'œuf, protéine animale, liant protéique, ovalbumine, ovotransferine, ovomucoïde, ovomucine, lysozyme\* (E1105), lécithine\*, lécithine d'œuf\* (E322)**  
**BIEN LIRE LA COMPOSITION SUR CHAQUE PAQUET ACHETE**

	ALIMENTS AUTORISES	ALIMENTS INTERDITS ALIMENTS POUVANT CONTENIR DE L'ŒUF <i>en italique</i>
Laits et produits laitiers	Lait, laits aromatisés Fromages frais (yaourts, suisses, fromage blanc) Fromages <b>AOC</b> (Appellation Origine Contrôlée) Produits laitiers	Autres fromages (peuvent contenir du Lysozyme <b>E1105</b> ) Entremets : crème anglaise, crème pâtissière, île flottante
Viandes, poissons	Viandes fraîches et surgelées Jambons blanc et sec Poissons frais et surgelés, en conserves, au naturel Coquillages et crustacées	<i>Viandes et poissons cuisinés</i> <i>Charcuteries, quenelles</i> Farce, terrines, préparations panées et en beignets Surimi
Œuf		Œuf sous toutes ses formes
Pain, céréales et dérivés	Tous les pains Riz, semoule, maïs, blé Pâtes Céréales pour petit déjeuner	<i>Pains de mie et biscottes</i> Pâtes aux œufs, cannellonis, raviolis Quiches, gnocchis, feuilletés, <i>Pizza, sandwiches et hamburgers</i>
Pomme de terre Légumes secs	Pommes vapeur, frites, rissolées, en purée	Pommes noisette, dauphine, Duchesse, gaufrettes
Légumes verts	Tous : frais, surgelés et en conserves	Gratins, mousses et beignets de légumes, crudités et légumes mimosa, antibois, polonaise
Fruits	Tous : frais, compotes, au sirop	Gratins, mousses, beignets de fruits
Matières grasses	Beurre, margarines, crème, toutes les huiles	Mayonnaises Sauces : hollandaise, béarnaise, rémoulade...
Sucre et produits sucrés	Sucre, miel, confiture, chocolat, sorbets	Pâtisseries, biscuits, brioches, viennoiseries, glaces, marrons glacés, <i>confiseries</i>
Boissons	Toutes	<i>Certains vins peuvent être clarifiés avec des protéines d'œuf non soumis à étiquetage</i>

\*Voir avec votre médecin s'il faut obligatoirement supprimer les aliments pouvant contenir du lysozyme et des lécithines.

ATTENTION aux shampoings et produits cosmétiques pouvant contenir des protéines d'œuf.

P. Sergeant, G. Kanny, D.A. Moneret-Vautrin / Septembre 2002

