



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Marta Malhó Loureiro

A PROBLEMÁTICA DA UTILIZAÇÃO DA  
MENÇÃO “PODE CONTER” NA ROTULAGEM  
DOS GÉNEROS ALIMENTÍCIOS

Dissertação de Mestrado em Segurança Alimentar orientada pelo  
Professor Doutor Fernando Jorge Ramos e apresentada à Faculdade  
de Farmácia da Universidade de Coimbra.

Fevereiro de 2023



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Marta Malhó Loureiro

A PROBLEMÁTICA DA UTILIZAÇÃO DA MENÇÃO  
“PODE CONTER” NA ROTULAGEM DOS  
GÉNEROS ALIMENTÍCIOS

Dissertação de Mestrado em Segurança Alimentar orientada pelo Professor  
Doutor Fernando Jorge Ramos e apresentada à Faculdade de Farmácia da  
Universidade de Coimbra.

Fevereiro de 2023

## **AGRADECIMENTOS**

Ao Professor Doutor Fernando Jorge Ramos, por todos os conhecimentos que me transmitiu, pelo respeito, disponibilidade, paciência e mensagens de incentivo ao longo de todo este processo.

Ao Diogo, o meu marido, agradeço do fundo do coração por todos os sacrifícios que fez que me permitiram levar a cabo este projeto e pelo amor que me dedica todos os dias.

Aos meus pais e restante família por todo o suporte que me ofereceram e sem o qual não teria sido possível concretizar este trabalho.

## RESUMO

A informação relativa aos alérgenos alimentares nos géneros alimentícios é fundamental para garantir a segurança dos indivíduos que sofrem de alergia alimentar, cuja única via de tratamento é a evicção total dos alérgenos em causa. Nesse sentido, a “rotulagem de precaução de alérgenos”, do inglês *Precautionary Allergen Labelling (PAL)* tem como propósito alertar para a presença acidental de alérgenos nos géneros alimentícios. Contudo, a inconsistência na utilização da *PAL* sugere alguma ambiguidade que se traduz numa perceção de desconfiança por parte dos indivíduos alérgicos, familiares e, mesmo, profissionais de saúde.

Tendo em consideração a importância da *PAL* como ferramenta útil na proteção dos indivíduos alérgicos, o primeiro objetivo deste trabalho visou o enquadramento deste tipo de menção na legislação europeia e na de outras regiões do mundo. Concluiu-se que, apesar de ser permitido o seu uso em inúmeros países, a legislação relativa à utilização de *PAL* é, regra geral, escassa e pouco concreta.

O segundo objetivo desta dissertação foi o de realizar uma pesquisa da frequência do uso *PAL* numa amostra de géneros alimentícios pré-embalados de superfícies comerciais em Portugal. Para esse efeito foram recolhidos dados de 653 géneros alimentícios em seis superfícies comerciais do distrito de Leiria. Na amostra em questão observou-se que 355 géneros alimentícios continham uma menção de *PAL* (54,36%) e que esta estava apresentada através de dez expressões diferentes. Os alérgenos mais frequentemente mencionados foram “Frutos de casca rija” (n=180), “Soja” (n=156) e “Leite” (n=156) e em mais de metade dos casos (67,3%) observou-se a associação de dois ou mais alérgenos na *PAL* dos géneros alimentícios.

Em conclusão, sugere-se que é indispensável que o uso de *PAL* pelos operadores do setor alimentar seja realizado de modo responsável e tendo como base uma legislação clara e que não deixe margem para ambiguidades.

**Palavras-chave:** Alergia Alimentar, Legislação, Rotulagem de Precaução de Alérgenos, Rotulagem de Alérgenos.

## **ABSTRACT**

*Allergen information on food labels is crucial to ensure the safety of individuals with food allergies. The only treatment is to completely avoid the ingestion of the allergens. Precautionary Allergen Labelling (PAL) alerts allergic consumers to the possible and unintentional presence of allergens in food. However, the inconsistent way that PAL is being employed, may generate misconceptions among the allergic population, family members and, even, health professionals.*

*Taking into account the importance of PAL as a useful tool to protect the allergic population, the first goal of this dissertation was aimed at studying this particular type of labelling in european regulations and in other regions of the world. It was concluded that, despite its use being allowed in many countries, the regulation regarding the use of PAL is, in general, brief and ambiguous.*

*The second goal of this dissertation was to carry out a survey of the frequency of PAL use in a sample of pre-packaged products from retailers in Portugal. For this purpose, data was collected from 653 labels in six different supermarket chains within the district of Leiria. It was observed that 355 products presented PAL (54.36%) and that it was displayed in ten different expressions. The most frequently mentioned allergens were “Nuts” (n=180), “Soy” (n=156) and “Milk” (n=156) and in more than half of the cases (67.3%), an association of two or more allergens was found in the PAL of the labels.*

*In conclusion, it is suggested that it is essential that the use of PAL by operators in the food sector be carried out in a sensible manner and based on clear regulations that leave no space for ambiguities.*

**Keywords:** *Food Allergy, Regulation, Precautionary Allergen Labelling, Allergen Labelling.*

## ÍNDICE

Agradecimentos .....	3
Resumo .....	4
<i>Abstract</i> .....	5
Índice .....	6
Índice de Tabelas.....	7
Índice de Figuras.....	8
Lista de Abreviaturas .....	10
Introdução .....	11
Metodologia .....	24
Resultados .....	26
Resultados por Categorias .....	28
Resultados por Marcas.....	40
Discussão .....	55
Conclusões.....	60
Bibliografia .....	63
Anexo I.....	70
Anexo II.....	71

## ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1. Número de géneros alimentícios cujos dados foram recolhidos por categoria e por marca .....	26
Tabela 2. Tipos de menções de <i>PAL</i> .....	27
Tabela 3. Síntese dos resultados por categorias.....	28
Tabela 4. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios da categoria 1.....	29
Tabela 5. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios da categoria 2.....	31
Tabela 6. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios da categoria 3.....	32
Tabela 7. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios da categoria 6.....	37
Tabela 8. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios da categoria 7.....	39
Tabela 9. Síntese dos resultados por marcas .....	41
Tabela 10. Comparação dos resultados relativos às marcas próprias de todas as cadeias retalhistas e aos dados da Marca de Referência .....	41
Tabela 11. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas.....	41
Tabela 12. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios do Retalhista 2.....	45
Tabela 13. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios do Retalhista 4.....	48
Tabela 14. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios do Retalhista 6.....	52
Tabela 15. Tipos de menções de <i>PAL</i> nos géneros alimentícios de Marca de Referência .....	53

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Frequência dos alergénios nos géneros alimentícios com <i>PAL</i> .....	27
Figura 2. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> .....	28
Figura 3. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 1 .....	30
Figura 4. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 1 .....	30
Figura 5. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 2 .....	31
Figura 6. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 2 .....	32
Figura 7. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 3 .....	33
Figura 8. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 3 .....	33
Figura 9. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 4 .....	35
Figura 10. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 4 .....	35
Figura 11. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 5 .....	36
Figura 12. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 5 .....	37
Figura 13. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 6 .....	38
Figura 14. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 6 .....	38
Figura 15. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 7 .....	40
Figura 16. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios da categoria 7 .....	40
Figura 17. Frequência dos alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas .....	42
Figura 18. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas .....	43
Figura 19. Frequência dos alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 1 .....	44
Figura 20. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 1 .....	44
Figura 21. Frequência dos alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 2 .....	46
Figura 22. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 2 .....	46



Figura 23. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 3 .....	47
Figura 24. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 3 .....	48
Figura 25. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 4 .....	49
Figura 26. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 4 .....	49
Figura 27. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios Retalhista 5 .....	51
Figura 28. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 5 .....	51
Figura 29. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 6 .....	52
Figura 30. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios do Retalhista 6 .....	53
Figura 31. Frequência de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios de Marca de Referência.....	54
Figura 32. Percentagem do número de alergénios na <i>PAL</i> dos géneros alimentícios de Marca de Referência.....	54

## LISTA DE ABREVIATURAS

<b>ASCIA</b>	Sociedade Australasiana de Imunologia Clínica e Alergia, do inglês <i>Australasian Society for Clinical Immunology and Allergy</i>
<b>BSACI</b>	Sociedade Britânica de Alergia e Imunologia Clínica, do inglês <i>British Society for Allergy and Clinical Immunology</i>
<b>ED</b>	Dose de Provocação, do inglês <i>Eliciting Dose</i>
<b>ELISA</b>	Ensaio Imunoenzimático, do inglês <i>Enzyme-Linked Immunosorbent Assay</i>
<b>EU</b>	União Europeia, do inglês <i>European Union</i>
<b>FAAN</b>	Rede de Alergia Alimentar e Anafilaxia, do inglês <i>Food Allergy &amp; Anaphylaxis Network</i>
<b>FARRP</b>	Programa de Pesquisa e Recursos de Alergia Alimentar, do inglês <i>Food Allergy Research &amp; Resource Program</i>
<b>FDA</b>	Autoridade dos Alimentos e Drogas, do inglês <i>Food and Drugs Administration</i>
<b>FSA</b>	Autoridade de Padrão Alimentar, do inglês <i>Food Standards Agency</i>
<b>GAIN</b>	Rede Global de Informação de Agricultura, do inglês <i>Global Agriculture Information Network</i>
<b>IgE</b>	Imunoglobulina E
<b>OQALI</b>	Observatório Francês da Qualidade Alimentar, do francês <i>Observatoire de la Qualité de l'Alimentation</i>
<b>PAL</b>	Rotulagem de Precaução de Alergénios, do inglês <i>Precautionary Allergy Labelling</i>
<b>PCR</b>	Reação em Cadeia pela Polimerase, do inglês <i>Polymerase Chain Reaction</i>
<b>TNO</b>	Organização Neerlandesa para Pesquisa Científica Aplicada, do inglês <i>Netherland Organization for Applied Scientific Research</i>
<b>UE</b>	União Europeia
<b>USDA</b>	Departamento de Agricultura dos Estados Unidos da América, do inglês <i>United States of Department of Agriculture</i>
<b>VITAL</b>	Rotulagem Voluntária de Vestígios Acidentais de Alergénio, do inglês <i>The Voluntary Incidental Trace Allergen Labelling</i>
<b>VSEP</b>	Painel de Especialistas de Rotulagem Voluntária de Vestígios Acidentais de Alergénio, do inglês <i>VITAL Scientific Expert Panel</i>

## INTRODUÇÃO

A alergia alimentar define-se como uma reação adversa com o desenvolvimento de uma resposta imune reprodutível quando o doente é exposto a um determinado alimento (Boyce *et al.*, 2010). A reação imune pode envolver um ou mais sistemas do organismo humano, por exemplo respiratório, cutâneo, cardiovascular e gástrico (Diaz-Amigo, C. *et al.*, 2018; Gargano *et al.*, 2021) e o grau de severidade da reação adversa varia de leve a muito elevado com risco de ser fatal (Yu *et al.*, 2016) em situações em que se observa reação anafilática caracterizada por compromisso respiratório e/ou circulatório graves (Cardona *et al.*, 2020; Gargano *et al.*, 2021; Turner *et al.*, 2019). A reação adversa aos alergénios está diretamente dependente do grau de sensibilidade do indivíduo ao alergénio. Em certos casos a presença do alergénio na proximidade do doente e consequente contacto através do ar pode ser o suficiente para desencadear resposta alérgica (Gargano *et al.*, 2021).

O *gold standard* para o diagnóstico de alergia alimentar é o desafio oral alimentar duplamente cego (Onyimba *et al.*, 2021). Porém, na prática clínica os testes de diagnóstico mais comuns são o teste por picada e o teste anticorpo Imunoglobulina E (IgE) específico (Ben-Shoshan *et al.*, 2012).

No que respeita à prevalência de alergia alimentar, esta parece estar a aumentar mundialmente (Ben-Shoshan *et al.*, 2012). Os resultados de uma revisão sistemática e meta-análise publicada em 2014 apontam para uma prevalência autoreportada de alergia alimentar ao longo da vida e pontual de 17,3% e de 6%, respetivamente (Nwaru *et al.*, 2014). Porém, é de notar que a prevalência autoreportada tende a ser superior à prevalência confirmada com testes de diagnóstico (Chafen *et al.*, 2010) e uma grande parte dos dados epidemiológicos não incluem confirmação clínica da doença (Warren *et al.*, 2020). Estimar a prevalência de alergia alimentar é portanto um exercício desafiante pela elevada diversidade de variáveis incluídas nos estudos conduzidos a este respeito e as próprias metodologias definidas (Boyce *et al.*, 2010; Sicherer *et al.*, 2018). Ainda assim, uma revisão sistemática apontou para valores de prevalência entre 1-2% e 10% da população (Chafen *et al.*, 2010). Até recentemente, a alergia alimentar era considerada uma doença que afetava principalmente as faixas etárias mais jovens, porém atualmente parece estar a afetar cada vez mais adultos (Warren *et al.*, 2020). Os adultos mais afetados parecem ser do género masculino, enquanto que nas crianças o género feminino parece apresentar maior prevalência (Ben-Shoshan *et al.*, 2012). Não estão identificados fatores para o desenvolvimento de alergia alimentar, mas o género, idade, país de origem, história familiar de atopia e a antecedentes familiares de alergia parecem ser relevantes (Nwaru *et al.*, 2014).

Não se conhece até à data uma terapêutica ou cura da patologia, pelo que a única estratégia preventiva recomendada é a evicção total do(s) alimento(s) que causam reação adversa (Boyce *et al.*, 2010) e respetiva intervenção em caso de contacto acidental (Ben-Shoshan *et al.*, 2012). Os alimentos que mais frequentemente causam alergia são: marisco, frutos de casca rija, leite, ovos e amendoins (Boyce *et al.*, 2010; Sicherer, 2011).

Para o doente com alergia alimentar conseguir evitar eficazmente o(s) alergénio(s) é essencial que lhe seja prestada a informação relativa aos ingredientes presentes nos alimentos, em particular aqueles com potencial alergénico. O Regulamento [União Europeia (UE)] n.º 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de outubro de 2011, relativo à prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios estabelece os princípios e as regras que os operadores das empresas de setor alimentar devem respeitar na prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios que colocam no mercado (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Neste Regulamento estabelece-se que são de cariz obrigatório a menção da lista de ingredientes e a indicação clara da presença de certas substâncias ou produtos passíveis de provocar alergia ou intolerância. As catorze substâncias ou produtos cuja indicação clara é obrigatória são:

“1. Cereais que contêm glúten (nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou as suas estirpes hibridizadas) e produtos à base destes cereais, excetuando:

- a) Xaropes de glicose, incluindo dextrose, à base de trigo;
- b) Maltodextrinas à base de trigo;
- c) Xaropes de glicose à base de cevada;
- d) Cereais utilizados na confeção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola.

2. Crustáceos e produtos à base de crustáceos;

3. Ovos e produtos à base de ovos;

4. Peixes e produtos à base de peixe, excetuando:

- a) Gelatina de peixe usada como agente de transporte de vitaminas ou de carotenóides;

- b) Gelatina de peixe ou ictiocola usada como clarificante da cerveja e do vinho;

5. Amendoins e produtos à base de amendoins;

6. Soja e produtos à base de soja, excetuando:

- a) Óleo e gordura de soja totalmente refinados;

- b) Tocoferóis mistos naturais (E 306), D-alfa-tocoferol natural, acetato de D-alfa-tocoferol natural, succinato de D-alfa-tocoferol natural derivados de soja;

c) Fitoesteróis e ésteres de fitoesterol derivados de óleos vegetais produzidos a partir de soja;

d) Éster de estanol vegetal produzido a partir de esteróis de óleo vegetal de soja;

7. Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose), excetuando:

a) Lactossoro utilizado na confecção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola;

b) Lactitol;

8. Frutos de casca rija, nomeadamente, amêndoas (*Amygdalus communis L.*), avelãs (*Corylus avellana*), nozes (*Juglans regia*), castanhas de caju (*Anacardium occidentale*), nozes pécan [*Carya illinoensis (Wangenh.) K. Koch*], castanhas do Brasil, (*Bertholletia excelsa*), pistácios (*Pistacia vera*), nozes de macadâmia ou do *Queensland (Macadamia ternifolia)* e produtos à base destes frutos, com exceção de frutos de casca rija utilizados na confecção de destilados alcoólicos, incluindo álcool etílico de origem agrícola;

9. Aipo e produtos à base de aipo;

10. Mostarda e produtos à base de mostarda;

11. Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo;

12. Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l em termos de SO<sub>2</sub> total que deve ser calculado para os produtos propostos como prontos para consumo ou como reconstituídos, de acordo com as instruções dos fabricantes;

13. Tremoço e produtos à base de tremoço;

14. Moluscos e produtos à base de moluscos.” (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

Este Regulamento transpõe as orientações aplicáveis aos países da UE mas são muitos os países que também possuem legislação que obriga à menção de um conjunto de alergénios nos rótulos dos géneros alimentícios, integrando, de modo geral e com as devidas adaptações e exceções, os seguintes nove alergénios: crustáceos, ovos, peixes, leite, amendoins, soja, frutos de casca rija, cereais que contêm glúten e sulfitos (Allen *et al.*, 2014b; Fiocchi *et al.*, 2021; Food Allergy Research and Resource Program, 2023).

Na tentativa de melhorar a prestação de informação sobre a presença de alergénios nos alimentos, existe ainda a possibilidade salvaguardada na legislação aplicável aos países que integram a UE de os operadores de empresas do setor alimentar fazerem menção de cariz voluntário à “(...) presença eventual e não intencional nos géneros alimentícios de substâncias ou produtos que provocam alergias ou intolerâncias (...)” (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Esta menção é denominada na literatura como PAL e é uma prática que serve o objetivo de informar da possibilidade da presença não-intencional de resíduos de alergénios resultantes da utilização

partilhada de equipamentos e instalações ou outras práticas industriais (Allen et al., 2018). Expressões como “*Pode conter vestígios de...*” ou “*Produzido em instalações que também utilizam...*” são exemplos de PAL utilizados pelos operadores de empresas do setor alimentar. Os requisitos aplicáveis indicados no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 para a utilização de informações voluntárias sobre os géneros alimentícios são os seguintes: “*Não podem induzir o consumidor em erro...*”, “*Não podem ser ambíguas nem confusas para o consumidor...*” e “*Se adequado, devem basear-se em dados científicos relevantes.*” (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

À semelhança dos países da UE, alguns países explicitamente permitem a utilização voluntária de PAL nas informações relativas aos géneros alimentícios. Com frequência a legislação destes países relativa à utilização da PAL é escassa e não fornece indicações claras do modo e situações em que deve implementar este tipo de menções. No Anexo I é possível consultar alguns exemplos de países em que a PAL é legislada e o modo como é feito.

O primeiro exemplo é o caso dos Estados Unidos da América: de acordo com a entidade regulatória deste país – a *Food and Drugs Administration (FDA)* – os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL apenas quando, após serem adotadas todas as práticas preventivas ao longo da cadeia de produção, ainda existir risco de contaminação cruzada (Marchisotto et al., 2016). Outros países seguem a mesma linha, nomeadamente o Canadá, com a particularidade de as entidades Canadianas *Health Canada* e *Canadian Food Inspection Agency* permitirem apenas um tipo de menção de PAL, nomeadamente a “*May contain [x]*”, sendo x o nome do alergénio em causa (Marchisotto et al., 2016). Já o Brasil, através da Resolução – RDC n.º 26 de 2015, permite a sua utilização apenas através da expressão: “*Alérgicos: pode conter [x]*”, sendo x o alergénio em causa (Resolução – RDC n.º 26 de 2 de julho de 2015, 2015).

Existem ainda três países que apresentam particularidades relativamente à gestão do uso de PAL: o Japão, a Suíça e Austrália. No Japão existe um sistema de quantificação dos alergénios nos géneros alimentícios, em que obriga à referência do(s) alergénio(s) que, de modo accidental ou intencional, esteja presente em concentrações no alimento em concentração superior a 10 ppm (mg/kg). A legislação deste país proíbe a utilização de PAL sob a forma da menção “*Pode conter [x]*”, porém permite que seja feita menção, em local exterior às margens do rótulo do género alimentício, que pode ter existido contaminação não intencional em algum momento da linha de produção, por exemplo através da menção “*Produzido no mesmo equipamento que também utiliza x*” (Akiyama et al., 2021).

Outro caso particular é o da Suíça. Este foi o primeiro país a regular o uso da PAL e obriga a que qualquer alergénio, presente de modo intencional ou accidental, seja mencionado no rótulo quando se apresentar numa concentração superior a 1000 ppm. A PAL é permitida

em casos que haja o risco de contaminação cruzada e apenas se o alergénio estiver presente numa concentração superior à do limite definido (Madsen et al., 2020).

Em Austrália foi desenvolvido pelo *Australian Food and Grocery Council* em 2007 o “*The Voluntary Incidental Trace Allergen Labelling*” (VITAL) (Zurzolo et al., 2016). Esta ferramenta surgiu da necessidade de avaliar o risco da contaminação cruzada e a presença de resíduos de alergénios nos géneros alimentícios e orientar a utilização da PAL de modo adequado e apenas quando estritamente necessário (Zurzolo et al., 2013c). Ao utilizar o VITAL as empresas do setor alimentar realizam uma avaliação pormenorizada do risco de contaminação acidental com substâncias com potencial alergénico ao nível das matérias-primas e da cadeia de produção, baseando a sua decisão numa grelha com dois níveis de ação que, de acordo com o risco de ter ocorrido contaminação cruzada e respetiva concentração do alergénio, são orientadas para a necessidade ou não do uso de PAL (sob a forma de “*May be present [x]*”) (Allergen Bureau, 2021). Os valores de referência definidos na grelha de ação original de 2007 baseavam-se nos valores mínimos que provocam reação citados pelo 2006 *United States Food and Drug Administration Threshold Working Group*, com a aplicação de um fator de incerteza de dez vezes (Allen et al., 2014a). Nos anos que se seguiram surgiu a necessidade de rever os valores de referência em que se baseavam os níveis de ação, pelo que em 2012 foi lançado o VITAL 2.0 pelo VITAL Scientific Expert Panel (VSEP), constituído pelo Allergen Bureau (Austrália e Nova Zelândia), o Food Allergy Research & Resource Program (FARRP) da Universidade do Nebraska e a Organização neerlandesa para a pesquisa científica aplicada ou *Netherlands Organization for Applied Scientific Research (TNO)*. Os valores de referência dos níveis de ação do VITAL 2.0 foram então baseados em evidência científica resultante de 55 estudos duplamente cegos de desafio oral alimentar, em que foi possível definir a Dose de Provocação ou *Eliciting Dose (ED)* (quantidade de proteína com potencial alergénico que se prevê que cause reação alérgica a uma determinada percentagem da população alérgica para onze alergénios comuns.) O VITAL 2.0 utilizou a  $ED_{05}$  (que corresponde à dose total de proteína com potencial alergénico que se prevê que cause reação em 5% da população alérgica), considerando, portanto, a proteção de 95% da população alérgica (Allen et al., 2014a; Taylor et al., 2014). Em 2019, o VSEP publicou o “VITAL 3.0” com novas recomendações no que diz respeito às doses de referência, considerando evidência científica existente à data no que respeita a estudos duplamente cegos de desafio oral alimentar, bem como assumindo uma  $ED_{01}$  (que corresponde à dose total de proteína com potencial alergénico que se prevê que cause reação em 1% da população alérgica), considerando a proteção de 99% da população alérgica (Allergen Bureau, 2019).

O impacto da utilização de *PAL* nos géneros alimentícios pode ser analisado em várias perspetivas. Uma delas é através da perceção da *PAL* por indivíduos alérgicos e as suas famílias e cuidadores e dos seus hábitos de consumo. Os estudos sugerem que existe uma grande proporção de indivíduos com alergia alimentar e familiares/cuidadores de indivíduos com alergia alimentar equivocados em relação à *PAL*. Esta confusão pode até levar os indivíduos a ignorar esta informação (Allen et al., 2018). Vários estudos sugerem que a perceção de risco de contaminação acidental com alergénio tem como base o tipo de menção de *PAL* empregue, com géneros alimentícios com determinado tipo de menção a serem mais evitados e outros mais adquiridos.

Num estudo publicado em 2020 e realizado nos Estados Unidos da América, os autores aplicaram um questionário sobre o conhecimento sobre a *PAL*, hábitos de consumo e preferências relativamente a géneros alimentícios com *PAL* a uma amostra de 3008 indivíduos com alergia alimentar e familiares/cuidadores de indivíduos com alergia alimentar. Os autores observaram que os participantes reportaram diferentes práticas de aquisição de géneros alimentícios dependendo do tipo de menção de *PAL* utilizada: 85,5% indicaram que nunca adquiriam géneros alimentícios com a menção “*Pode conter vestígios de [x]*”, enquanto 35,0% dos participantes nunca adquiriam géneros alimentícios com a menção “*Boas práticas aplicadas para separar ingredientes numa fábrica que também processa [x]*”. Dos participantes no estudo, 53,1% considerou que a rotulagem dos géneros alimentícios interferia na sua vida diária (Gupta et al., 2020).

Um outro estudo realizado com uma amostra de indivíduos com alergia alimentar e familiares/cuidadores de indivíduos com alergia alimentar sobre a sua avaliação de risco relativa a géneros alimentícios com *PAL* foi realizado em vários países da Europa (Alemanha, Irlanda, Países Baixos, Espanha e Reino Unido) e publicado em 2019. Neste estudo foi aplicado um questionário a uma amostra de 1560 participantes e os resultados sugeriram que existia incerteza associada à *PAL*: quando questionados se um género alimentício sem *PAL* seria seguro, 51% dos participantes respondeu “*Não necessariamente*” e 22% respondeu “*Não*”. Quanto às preferências relativamente à menção de *PAL* utilizada, os participantes priorizaram as menções do seguinte modo: 46% preferiram “*Este produto não é apto para consumidores com alergia a [x]*”, 44% preferiram “*Pode conter [x]*” e 7% “*Presença acidental de [x]*” (DunnGalvin et al., 2019).

Em 2016 foi publicado um estudo semelhante realizado com uma amostra de 6684 indivíduos com alergia alimentares e familiares/cuidadores de indivíduos com alergia alimentar. Os participantes do estudo, provenientes dos Estados Unidos da América e do Canadá, responderam a um questionário sobre os seus hábitos de consumo e sobre o seu conhecimento da legislação ao nível da rotulagem dos géneros alimentares. No que respeita à



aquisição de géneros alimentícios com PAL, 87,7% dos participantes do estudo indicou que nunca adquiria produtos com menção “*Pode conter [x]*”, 83,3% indicou que nunca adquiria produtos com menção “*Produzido num equipamento que também produz produtos com [x]*”, 59,7% nunca adquiria produtos com menção “*Produzido em instalações que também processa [x]*” e 52,2% nunca adquiria produtos com menção “*Utilizadas boas práticas de separação de ingredientes numa instalação que também processa [x]*”. Quando é avaliado o conhecimento dos participantes no que à legislação da PAL diz respeito, 28,8% considerou que a PAL era obrigatória por lei e 16,9% não soube a resposta a esta questão. 28,2% dos participantes indicou não saber que a PAL não tinha em conta a quantidade de alergénio (Marchisotto et al., 2016).

Com o objetivo de caracterizar os comportamentos de risco relacionados com alergia alimentar e comportamentos de autocuidado, foi aplicado um questionário de 50 questões a uma amostra de 200 adolescentes e jovens adultos com alergia alimentar. Cerca de metade dos participantes no estudo (47%) indicaram que consumiam géneros alimentícios embalados com PAL para o seu mais severo alergénio (Warren et al., 2017).

Em 2013, no seguimento do desenvolvimento e utilização da ferramenta VITAL pelos operadores do setor alimentar na Austrália, foi realizado neste país um estudo que se debruçou sobre o comportamento e perceção dos pais de crianças com alergia alimentar (com e sem histórico de anafilaxia) sobre a PAL, em particular a menção de PAL sugerida pela ferramenta VITAL “*Pode estar presente [x]*”. Os autores Zurzolo et al. (2013a) aplicaram um questionário a uma amostra de 535 pais de crianças com alergia alimentar e os resultados apontam para a adoção do comportamento de evicção de géneros alimentícios com PAL: 64% dos pais de crianças com alergia alimentar e histórico de anafilaxia e 81% dos pais de crianças com alergia alimentar e histórico de reações leves a moderadas indicou que não disponibilizaria um género alimentício com o alergénio em causa na PAL, respetivamente. 84% dos pais de crianças com alergia alimentar e histórico de anafilaxia e 78% dos pais de crianças com alergia alimentar e histórico de reações leves a moderadas indicou que a PAL não era útil e que não sabia se o género alimentício era seguro independentemente do tipo de menção utilizada. Zurzolo et al. (2013a) observaram que os participantes indicavam diferentes atitudes consoante o tipo de menção de PAL empregue nos géneros alimentícios: 74% indicou que ignoraria a menção “*Produzido nas mesmas instalações que*” e 22% indicou que ignoraria a menção “*Pode estar presente*” (Zurzolo et al., 2013a).

Também no Reino Unido foi estudada a perceção e os comportamentos de pais de crianças com alergia alimentar, no caso a frutos de casca rija, relativamente a géneros alimentícios com menção “*Pode conter frutos de casca rija*”. Mais de 80% dos 184 participantes

indicou no questionário aplicado que evitaria géneros alimentícios com as menções “*Pode conter frutos de casca rija*” ou “*Não apto para indivíduos com alergia a frutos de casca rija*”. Esta percentagem diminuía quando as menções de PAL eram “*Pode conter vestígios de frutos de casca rija*” ou “*Não é possível garantir que não contém frutos de casca rija*” (60%) e quando a menção era “*Este produto não contém frutos de casca rija mas é produzido em instalações que utiliza frutos de casca rija*” (40%) (Noimark et al., 2009).

Em 2017 foi publicado um estudo sobre o comportamento relativamente a géneros alimentícios com PAL cuja amostra era constituída por indivíduos com alergia alimentar e familiares de indivíduos com alergia alimentar que frequentaram a Conferências da *Food Allergy & Anaphylaxis Network (FAAN)* em 2003 e em 2006. Os autores recolheram 625 questionários em 2003 e 645 questionários em 2006. Os resultados dos questionários recolhidos em 2006 indicaram que 75% dos participantes responderam que “*Nunca*” adquiririam géneros alimentícios com PAL ao contrário de 85% dos participantes dos questionários recolhidos em 2003. Os resultados dos questionários de 2006 sugeriam que a evicção de géneros alimentícios com PAL estava dependente do tipo de menção de PAL utilizada: 86% indicou que evitava géneros alimentícios com a menção de PAL “*Pode conter...*”, 79% com a menção de PAL “*...equipamento partilhado...*” e 64% com a menção “*...em instalações que também...*”, respetivamente (Hefle et al., 2007).

Esta incerteza associada aos géneros alimentícios com PAL também se manifesta junto da população de Profissionais de Saúde que acompanha indivíduos com alergia alimentar e familiares/cuidadores de indivíduos com alergia alimentar (Allen et al., 2018). Observou-se em vários estudos que as recomendações dadas pelos Profissionais de Saúde ao nível da exclusão/inclusão de géneros alimentícios com PAL são variáveis. Gupta et al. (2020) observaram, num estudo publicado em 2020 com uma amostra de 3008 participantes, que 44,5% dos indivíduos com alergia alimentar e 50,5% dos familiares de indivíduos com alergia alimentar que integraram a sua amostra reportaram que os seus Profissionais de Saúde recomendaram a evicção total de produtos com PAL (Gupta et al., 2020). Já os autores Turner et al. (2016), num estudo publicado em 2016 com uma amostra constituída por 161 Profissionais de Saúde membros das *Australasian Society for Clinical Immunology and Allergy (ASCIA)*, *British Society for Allergy and Clinical Immunology (BSACI)* e da *Allergy Academy* do Reino Unido (84 membros do Reino Unido e 77 da Austrália/Nova Zelândia) observaram que 14% dos participantes indicou recomendar aos seus pacientes a evicção total de produtos com PAL, enquanto 55% dos participantes indicou que a sua recomendação relativamente aos produtos com PAL dependia do contexto. Também neste estudo os autores observaram que apenas 51% da sua amostra indicou conhecer o carácter voluntário e não-regulado da PAL, que 32%

indicou crer que a *PAL* estava sujeita a uma avaliação de risco e que 13% indicou crer que a *PAL* estava sujeita a regulação estatal. Os resultados deste estudo sugeriam ainda que também os Profissionais de Saúde priorizavam o grau de risco associado a produtos com *PAL* consoante o tipo de menção de *PAL* empregue (Turner *et al.*, 2016). Estes resultados são congruentes com os de um estudo semelhante publicado em 2014 em que a amostra, constituída por Médicos(as) (57%), Enfermeiros(as) (20%) e Dietistas/Nutricionistas (20%), com interesse nas áreas da alergia e alergia pediátrica (Turner *et al.*, 2014). 38% dos participantes do estudo reportou que recomendavam completa evicção de alimentos com *PAL* relativa a frutos de casca rija, enquanto 22% reportou que não recomendava a evicção destes alimentos aos seus pacientes com alergia alimentar.

O objetivo da *PAL* é o de informar da possibilidade da presença acidental de alergénio no género alimentício, contudo a evidência sugere que o indivíduo alérgico, os familiares/cuidadores de indivíduo alérgico e os Profissionais de Saúde apresentam incerteza associada à *PAL*, frequentemente baseando a sua decisão de recomendar/consumir o alimento consoante o tipo de menção de *PAL* utilizado, podendo gerar um risco associado ao consumo destes géneros alimentícios. Resta perceber com que frequência os géneros alimentícios com *PAL* contêm vestígios dos alergénios mencionados na sua *PAL*. Allen *et al.* (2018), no seu trabalho publicado em 2018, compilaram os resultados de uma série de estudos realizados com o objetivo de determinar os valores, ainda que residuais, de alergénios presentes em alimentos com *PAL*. Apesar das limitações metodológicas inerentes, os autores sugeriram na sua análise dos dados que a probabilidade de deteção do alergénio era semelhante entre os géneros alimentícios com *PAL* e sem *PAL* (Allen *et al.*, 2018). Analisa-se de seguida alguns dos estudos incluídos no trabalho anteriormente mencionado e cujos resultados apoiam a conclusão sugerida pelos autores.

Num estudo publicado em 2013 e realizado na Austrália, os autores analisaram uma amostra de 128 géneros alimentícios embalados de três cadeias de supermercados distintas. 7% dos géneros alimentícios que constituíam a amostra e que continham uma menção de *PAL* continham valores detetáveis de amendoim em concentrações entre >2,5 ppm a <50 ppm e de >0,63 ppm a <12,5 ppm de proteína de amendoim. Não foram detetados vestígios de outros alergénios como avelã, leite, ovo, soja ou tremçoço (Zurzolo *et al.*, 2013b). Outro estudo semelhante foi realizado em 39 géneros alimentícios com *PAL* do mercado retalhista do Reino Unido e publicado em 2015. Os seus resultados apontavam para uma percentagem de 8,2% de produtos em que foram detetados vestígios de leite, 6,1% de produtos em que

foram detetados vestígios de glúten e 2,9% de produtos em que foram detetados vestígios de avelãs (Remington *et al.*, 2015).

Outros estudos incluídos alargaram a sua amostra também a géneros alimentícios sem PAL.

Em vários estudos realizados em Espanha e publicados em 2014 e 2015 os autores aplicaram a técnica *Polymerase Chain Reaction (PCR)* e avaliaram a presença de vestígios de diversos alergénios em géneros alimentícios com e sem PAL. Numa amostra de 186 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de amêndoa em 26/63 (41,3%) dos géneros alimentos com PAL e em 50/123 (40,6%) dos géneros alimentícios sem PAL (López-Calleja *et al.*, 2014b). Numa amostra de 218 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de pistácio em 6/69 (13,0%) dos géneros alimentos com PAL e em 29/149 (19,5%) dos géneros alimentícios sem PAL (López-Calleja *et al.*, 2014a). Numa amostra de 220 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de noz em 30/79 (38,0%) dos géneros alimentos com PAL e em 79/141 (56,0%) dos géneros alimentícios sem PAL. Nesse mesmo estudo, numa amostra de 186 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de noz-pecã em 10/79 (12,7%) dos géneros alimentos com PAL e em 18/107 (16,8%) dos géneros alimentícios sem PAL (López-Calleja *et al.*, 2015b). Numa amostra de 194 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de caju em 27/64 (42,2%) dos géneros alimentos com PAL e em 26/130 (20,0%) dos géneros alimentícios sem PAL. Nesse mesmo estudo, numa amostra de 206 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de macadâmia em 14/63 (22,2%) dos géneros alimentos com PAL e em 22/143 (15,4%) dos géneros alimentícios sem PAL (López-Calleja *et al.*, 2015a). Numa amostra de 225 géneros alimentícios, os autores detetaram vestígios de sésamo em 17/35 (48,6%) dos géneros alimentos com PAL e em 10/190 (5,2%) dos géneros alimentícios sem PAL (López-Calleja *et al.*, 2015c).

No estudo de Khuda *et al.* (2016a) realizado nos Estados Unidos da América, e utilizando uma amostra de 284 produtos de confeitaria e padaria, os autores detetaram o alergénio em estudo (soja) em 19% dos produtos com PAL e em 25% de produtos sem PAL (Khuda *et al.*, 2016a). Num outro estudo dos mesmos autores e publicado no mesmo ano, os autores verificaram que o alergénio em estudo (ovo) foi detetado através do método *Morinaga Egg Enzyme-Linked Immunosorbent Assay (ELISA) kit* em 12% de uma amostra de 80 produtos de confeitaria e padaria com PAL e em 6% de uma amostra de 363 produtos de confeitaria e padaria sem PAL. Ao aplicar o mesmo método numa amostra de snacks com e sem PAL observaram que o alergénio foi detetado em 5% (n=21) e 2% (n=371), respetivamente (Khuda *et al.*, 2016b).

Em 2021 é publicado um estudo realizado no Canadá com o objetivo de determinar a frequência de detecção de amendoim e de avelã em amostras de géneros alimentícios. No que diz respeito à detecção de amendoim, esta verificou-se em 5% dos géneros alimentícios com PAL (n=628) e no que respeita à detecção da avelã, esta verificou-se em 9% dos géneros alimentícios com PAL (n=807) (Manny *et al.*, 2021).

Os estudos realizados neste campo sugerem que o risco de encontrar vestígios de alergénio poderá ser semelhante nos géneros alimentícios com e sem menção de PAL, embora se tenham verificado algumas exceções nos estudos analisados.

A PAL tem como propósito a proteção de indivíduos com alergia alimentar, pelo que também é relevante analisar a frequência de reação alérgica associada ao consumo de géneros alimentícios com PAL por indivíduos com alergia alimentar. Foi este um dos objetivos de um estudo publicado em 2010 e realizado no Canadá tendo como base uma amostra de 1454 indivíduos alérgicos e familiares/cuidadores de indivíduos alérgicos. Dos participantes que indicaram ter sofrido uma reação alérgica devido a ingestão acidental do alergénio, 8,3% atribui ao facto de ter ignorado a PAL presente no género alimentício (Sheth *et al.*, 2010). Num estudo de menor dimensão publicado em 2012 e realizado na Escócia com uma amostra de 26 jovens com alergia alimentar e risco de anafilaxia e familiares/cuidadores, foi reportado por um indivíduo uma reação alérgica após o consumo de um género alimentício com PAL (4%) (Gallagher *et al.*, 2012).

Zurzolo *et al.* (2018) publicaram em 2018 um estudo realizado junto de uma amostra de 198 Profissionais de Saúde membros da ASCIA (*Australasian Society for Clinical Immunology and Allergy*) cujo objetivo foi o de avaliar as reações de anafilaxia dos doentes acompanhados por estes Profissionais de Saúde, nomeadamente aquelas que ocorreram na sequência da ingestão de géneros alimentícios em que o alergénio não estava indicado na lista de ingredientes. Das 14 reações anafiláticas reportadas, 50% ocorreram na sequência da ingestão de género alimentício com PAL. Na sua conclusão os autores sugerem que as reações anafiláticas a alergénios não declarados na lista de ingredientes não é inexistente e que neste estudo não pareceu estar dependente da presença/ausência de PAL (Zurzolo *et al.*, 2018).

Blom *et al.* (2018) conduziram um estudo prospetivo longitudinal publicado em 2018 com o objetivo de recolher dados relativos à frequência, causas, severidade e consequências de reações alérgicas acidentais. Durante um ano, uma amostra de indivíduos adultos com alergia alimentar reportou as suas reações alérgicas acidentais através de uma plataforma digital. Os géneros alimentares que potencialmente causaram a reação foram analisados e destes 41% continha uma menção de PAL. Os autores, à semelhança do que outros autores

referiram nas suas conclusões, sugeriram que o número de reações acidentais foi similar em relação a géneros alimentícios com e sem menção de PAL (Blom *et al.*, 2018).

Num estudo publicado em 2020 foi aplicado um questionário a uma amostra de 3008 indivíduos com alergia alimentar e familiares/cuidadores de indivíduos com alergia alimentar dos Estados Unidos da América relativamente a temas ligados à legislação e políticas ligadas à PAL. Dos participantes no estudo, 27,4% indicou que o próprio ou o familiar alérgico já teria sofrido uma reação alérgica severa no seguimento de consumir um produto com PAL (Gupta *et al.*, 2020). Os resultados destes trabalhos realizados com o objetivo de avaliar a frequência de reações alérgicas causadas pela ingestão de géneros alimentícios com PAL, à semelhança dos resultados dos estudos realizados com o objetivo de avaliar a presença de alergénios nos géneros alimentícios com PAL reforçam a hipótese de que a presença/ausência de PAL não define o nível de risco de presença acidental de alergénio.

A utilização da PAL, quando legislada, é regra geral voluntária e com normas pouco específicas. O elevado grau de incerteza que vários estudos sugerem existir nos indivíduos alérgicos, familiares/cuidadores e até Profissionais de Saúde, bem como a disparidade de resultados ao nível dos estudos de frequência de alergénio em alimentos com PAL e ao nível das reações alérgicas no seguimento do consumo de géneros alimentícios com PAL mostram que existe a necessidade de criar abordagens que permitam a todos os envolvidos: indivíduos alérgicos, familiares/cuidadores, Profissionais de Saúde, operadores do setor alimentar e legisladores encontrar clareza no uso da PAL e o risco efetivo que esta acarreta quando surge indicada num género alimentício. Neste sentido, destaca-se a abordagem australiana VITAL em que estão definidos tetos quantitativos de dose de alergénio associada a níveis de ação (Allergen Bureau, 2021). Ainda que a abordagem baseada em doses de referência acarreta alguns desafios, como descrevem Madsen *et al.* (2020) no trabalho publicado em 2020, relacionados com a extrema sensibilidade, reatividade das reações e nos casos de ingestão de quantidades anormalmente elevadas de alimento em causa (Madsen *et al.*, 2020). A contaminação acidental dos alimentos nas instalações dos operadores do setor alimentar é uma realidade e a sua prevenção tem diversos desafios. Os operadores de menor dimensão podem não ter capacidade para ter linhas de produção e espaços devidamente separados para prevenir uma eventual contaminação cruzada. Nesses casos, a remoção total de alergénios numa linha de produção que é usada no processamento de vários alimentos pode ser de difícil implementação. Allen *et al.* (2018) no seu trabalho publicado em 2018 dão exemplos das indústrias de produtos de padaria e de chocolataria em que o uso de água aumenta o risco do surgimento de outros contaminantes, bem como de matérias-primas com texturas que tornam uma devida higienização adequada difícil, como são o caso do chocolate e manteiga de

amendoim (Allen *et al.*, 2018). Idealmente todas as situações em que pudesse existir o risco de contaminação acidental com alergénio num operador do setor alimentar poderiam ser identificadas e devidamente geridas, mas a realidade é que é necessário assumir que o risco de contaminação e posterior ingestão acidental de alergénio nunca será zero e que é premente a adoção de medidas e abordagens que aumentem a clareza e, conseqüentemente a confiança dos indivíduos alérgicos na *PAL*.

## METODOLOGIA

No presente estudo foram analisados 653 géneros alimentícios pré-embalados, enquadrados em sete categorias. A definição das categorias e dos géneros alimentícios a incluir foi baseada na metodologia implementada no *Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016* (Lopes et al., 2017). As categorias em estudo foram as seguintes:

- **Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais:** flocos de cereais, cereais açucarados e de mel, granola/muesli (com frutos secos, com chocolate, simples, com fruta), barras de cereais (simples, com chocolate, com fruta) e farinha láctea (n=93);
- **Snacks, salgados e pizzas:** batatas fritas de pacote, snacks fritos embalados, pipocas, bolachas salgadas; empadas, croquetes, rissóis, pastéis de bacalhau, pizzas, massa folhada/quebrada/areada, massas recheadas; (n=101);
- **Doces, bolos e bolachas:** doce de fruta e marmelada; caramelos de fruta; chocolate; gelados; sobremesas doces (gelatina e pudim flan); madalenas; bolachas tipo *Maria*, de água e sal, com cobertura recheadas, digestivas e de pequeno-almoço (n=101);
- **Produtos lácteos:** iogurtes diversos (n=87);
- **Recheios para pão:** queijos, requeijão, cremes de barrar, manteiga de frutos gordos, enchidos e carnes processadas diversas (n=98);
- **Sopas, molhos e condimentos:** sopas desidratadas, puré, sopas embaladas, caldos, molhos diversos e condimentos (n=97);
- **Substitutos de carne e de produtos lácteos:** bebidas vegetais diversas, iogurte vegetal, sobremesa vegetal, creme vegetal, tofu, seitan, lasanha, hambúrguer, almôdegas e salsichas (n=76).

A recolha dos dados foi realizada no período entre fevereiro e abril de 2022 em seis superfícies comerciais do Distrito de Leiria, Portugal, três das quais dos três grandes grupos retalhistas de Portugal, nomeadamente SONAE, Jerónimo Martins e Lidl. De acordo com o relatório *The Portuguese Food Retail Sector* publicado em março de 2021 pelo *United States of Department of Agriculture (USDA)* e *Global Agriculture Information Network (GAIN)*, estes três grupos representavam um total de 61% da quota de mercado no que respeita a retalhistas em Portugal. Foram incluídas ainda três superfícies comerciais com menor valor de quota de mercado, nomeadamente o Intermarché, Aldi e Auchan (Medina, 2021).

Para cada categoria de alimentos foram selecionados 15 tipos de géneros alimentícios a incluir. Para cada tipo de género alimentício incluíram-se géneros alimentícios de sete marcas: um género alimentício de marca própria de cada uma das seis cadeias retalhistas incluídas e um género alimentício de uma marca nacional/internacional, disponível na generalidade nas



cadeias retalhistas supramencionadas e que será doravante designada “Marca de Referência”. De modo a garantir que a frequência de *PAL* não era enviesada devido à inclusão de embalagens de vários tamanhos de um só género alimentício apenas foi considerado um tamanho de cada género alimentício. Foram considerados apenas géneros alimentícios com as mesmas características em termos de sabor, consistência e método de conservação.

Foram recolhidas várias fotografias de cada embalagem de género alimentício em estudo, contemplando os seguintes dados: denominação do produto, lista de ingredientes e informações relativas a alergénios, incluindo *PAL*. Os dados foram introduzidos numa base de dados formato Excel e organizados pelas sete categorias definidas. A cada género alimentício foi associada a marca, a denominação comercial, a presença de ingredientes com potencial de causar reação alérgica e informação relativa a alergénios, nomeadamente a presença/ausência de *PAL*, o tipo de *PAL* utilizada e o(s) alergénio(s) em causa. Os alergénios com relevância no âmbito deste trabalho foram os enunciados no Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho de 25 de outubro de 2011 relativo à prestação de informação aos consumidores sobre os géneros alimentícios (Regulamento n.º 1169/2011, 2011), anteriormente explorado neste trabalho.

## RESULTADOS

No presente trabalho, como já se disse, foram incluídos dados de 653 géneros alimentícios embalados, distribuídos por sete categorias, recolhidos durante os meses de fevereiro a abril de 2022 em seis cadeias de superfícies comerciais no distrito de Leiria, Portugal. Sempre que possível para cada tipo de género alimentício incluíram-se géneros alimentícios de sete marcas: um género alimentício de marca própria de cada uma das seis cadeias retalhistas incluídas e um género alimentício de uma Marca de Referência. A Tabela I. apresenta a distribuição dos dados dos 653 géneros alimentícios recolhidos por categoria e marca. Para uma análise completa dos dados recolhidos consultar o Anexo II.

Tabela I. Número de géneros alimentícios cujos dados foram recolhidos por categoria e por marca

<b>Categoria</b>	<b>Total (n=653)</b>	<b>Marca de Referência (n=101)</b>	<b>Retalhista 1 (n=99)</b>	<b>Retalhista 2 (n=94)</b>	<b>Retalhista 3 (n=94)</b>	<b>Retalhista 4 (n=91)</b>	<b>Retalhista 5 (n=86)</b>	<b>Retalhista 6 (n=91)</b>
1. Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais	93	15	14	13	12	14	13	12
2. Snacks, salgados e pizzas	101	15	14	15	15	14	14	14
3. Doces, bolos e bolachas	101	15	15	13	15	14	14	15
4. Produtos lácteos	87	13	14	13	12	10	12	13
5. Recheios para pão	98	14	15	15	14	14	13	13
6. Sopas, molhos e condimentos	97	15	15	13	15	15	9	15
7. Substitutos de carne e de produtos lácteos	76	13	12	10	11	10	11	9

### Frequência do uso de PAL

Observou-se que 355 dos 653 géneros alimentícios incluídos continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (54,36%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

### Tipo de PAL

Nos 355 géneros alimentícios com PAL foram detetados 10 tipos diferentes de menção de PAL, sendo que 89,3% utilizaram a menção “*Pode conter vestígios de*” (n=317) (Tabela 2.)

Tabela 2. Tipos de menções de PAL

<i>Pode conter vestígios de</i>	317
<i>Pode conter</i>	27
<i>Poderá conter vestígios de</i>	3
<i>Pode conter resíduos de</i>	2
<i>Produzido em fábrica que opera com</i>	1
<i>Produzido numa empresa onde também são manipulados</i>	1
<i>Produzido numa fábrica que também usa</i>	1
<i>Este produto é produzido numa fábrica que também usa</i>	1
<i>Este prato é confeccionado onde há manipulação de</i>	1
<i>Pode também conter vestígios de</i>	1

### **Alergénios na PAL**

Nos 355 géneros alimentícios com PAL, foram detetados os catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (Regulamento n.º 1169/2011, 2011), sendo que os que surgiram com maior frequência foram “Frutos de casca rija” (n=180), “Soja” (n=156) e “Leite” (n=156) e os que surgiram com menor frequência foram “Moluscos” (n=22) e “Tremoço” (n=5). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios com PAL consultar Figura 1. Em mais de metade dos géneros alimentícios com PAL (67,3%) observou-se a associação de dois ou mais alergénios nesta menção, sendo que a média de número de alergénios indicada na PAL dos 355 géneros alimentícios foi de 2,84, alcançando um valor máximo de 12 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência foram “Frutos de casca rija e soja” (n=17), “Frutos de casca rija, leite e soja” (n=15) e “Leite e soja” (n=12). A indicação de apenas um alergénio na PAL verificou-se em 32,7% dos géneros alimentícios, seguido de dois alergénios (20,6%) e de três alergénios (18,6%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios encontra-se explanada na Figura 2.

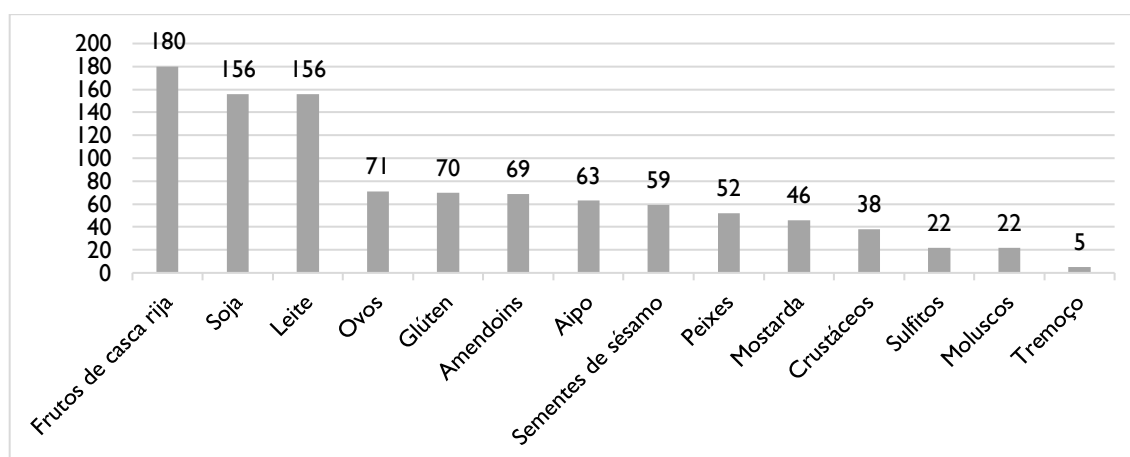


Figura 1. Frequência dos alergénios nos géneros alimentícios com PAL

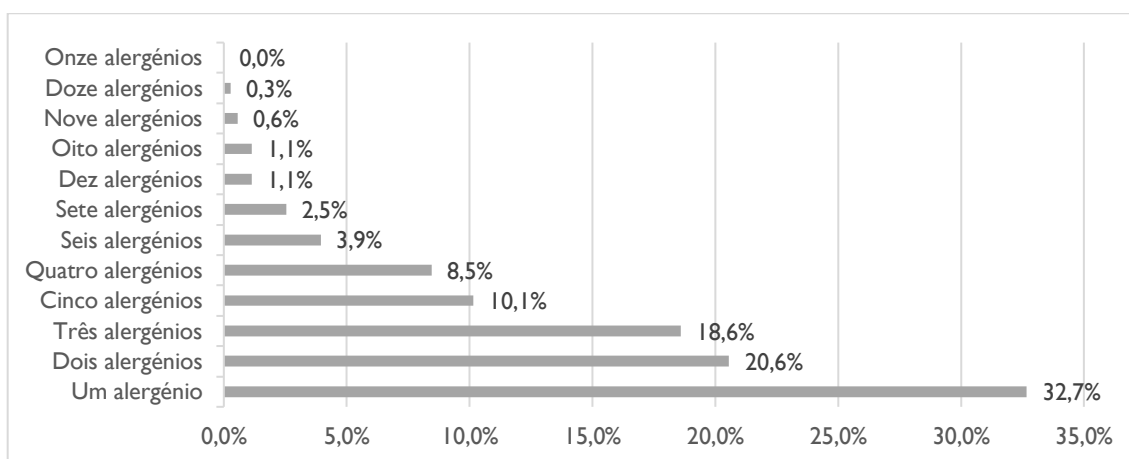


Figura 2. Percentagem do número de alergénios na PAL

### Resultados por Categorias

Na metodologia do presente estudo foram definidas sete categorias de géneros alimentícios: cereais de pequeno-almoço e barras de cereais; snacks, salgados e pizzas; doces, bolos e bolachas; produtos lácteos; recheios para pão; sopas, molhos e condimentos; substitutos de carne e de produtos lácteos. A Tabela 3. apresenta uma síntese dos resultados ao nível da PAL por categoria.

Tabela 3. Síntese dos resultados por categorias

Categoria	N.º de géneros alimentícios incluídos	Frequência de PAL	Tipos de menções de PAL	Tipos de alergénios presentes na PAL	Média de n.º de alergénios presentes na PAL
1. Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais	93	90,32% (n=84)	4	10	2,92
2. Snacks, salgados e pizzas	101	82,18% (n=83)	4	14	3,48
3. Doces, bolos e bolachas	101	53,47% (n=54)	3	8	2,46
4. Produtos lácteos	87	18,39% (n=16)	2	6	2,19
5. Recheios para pão	98	22,45% (n=22)	2	7	1,27
6. Sopas, molhos e condimentos	97	44,33% (n=43)	4	13	4,12
7. Substitutos de carne e de produtos lácteos	76	71,05% (n=54)	4	11	1,89

## **Categoria I. Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais**

Na categoria I. foram incluídos dados de 93 géneros alimentícios. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a doze géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “Flocos de aveia” do Retalhista 2; a “Granola/Muesli simples” do Retalhista 5; a “Barra de cereais simples” do Retalhista 4 e Retalhista 5; a “Flocos de cereais com mel” do Retalhista 6; a “Flocos de arroz” do Retalhista 1, Retalhista 2, Retalhista 3, Retalhista 4 e Retalhista 5 e Retalhista 6 e a “Farinha láctea” do Retalhista 6.

### **Frequência do uso de PAL**

Nesta categoria verificou-se que 84 dos 93 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (90,32%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

### **Tipo de PAL**

Nos 84 géneros alimentícios com PAL na categoria I. foram detetados quatro tipos diferentes de menção de PAL. A menção “Pode conter vestígios de” foi utilizada em 84,52% (n=71) da PAL dos 84 géneros alimentícios (Tabela 4.)

Tabela 4. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios da categoria I.

<i>Pode conter vestígios de</i>	7
<i>Pode conter</i>	11
<i>Este produto é produzido numa fábrica que também usa</i>	1
<i>Poderá conter vestígios de</i>	1

### **Alergénios na PAL**

Nos 84 géneros alimentícios com PAL, foram detetados dez alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Frutos de casca rija” (n=67), “Leite” (n=53), “Amendoins” (n=38) e “Soja” (n=36). Nesta categoria de géneros alimentícios não foram detetados “Aipo”, “Crustáceos”, “Moluscos” e “Peixes” na PAL (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria I. com PAL consultar a Figura 3. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 84 géneros alimentícios foi de 2,92, alcançando um valor máximo de 7 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência na categoria I. foram “Frutos de casca rija, leite e soja” (n=13), “Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo” (n=6) e “Amendoins, frutos de casca rija e leite” (n=5). Foi observado com maior frequência a indicação de três alergénios na PAL (39,3%), seguido de um

alergénio (23,8%) e de cinco alergénios (15,5%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria I. encontra-se explanada na Figura 4.

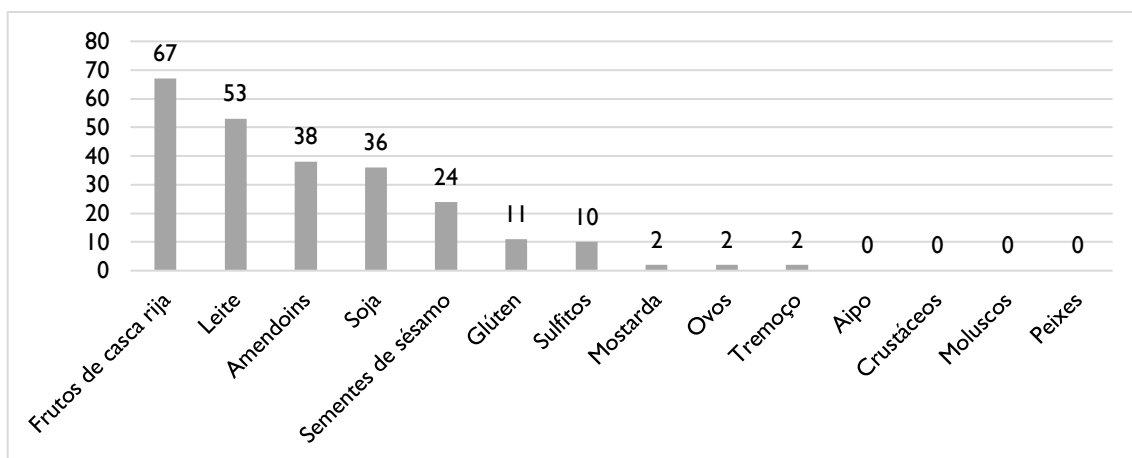


Figura 3. Frequência de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria I.

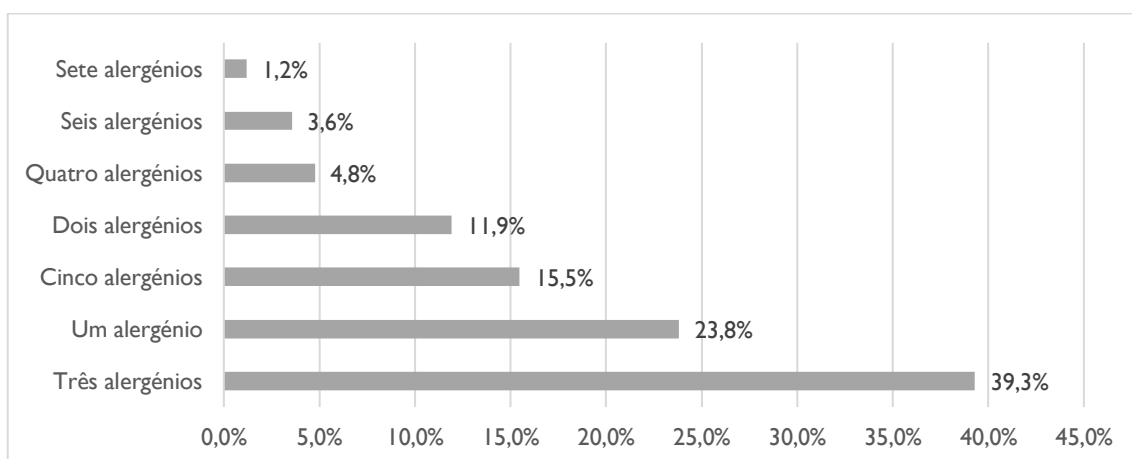


Figura 4. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria I.

## Categoria 2. Snacks, salgados e pizzas

Na categoria 2. foram incluídos dados de 101 géneros alimentícios. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a quatro géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “Bolachas salgadas” do Retalhista 3 e Retalhista 5; a “Empadas de frango” do Retalhista 1 e Retalhista 4.

### Frequência do uso de PAL

Nesta categoria verificou-se que 83 dos 101 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (82,18%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

## Tipo de PAL

Nos 83 géneros alimentícios com PAL na categoria 2. foram detetados quatro tipos diferentes de menção de PAL. A menção “Pode conter vestígios de” foi utilizada em 93,98% (n=78) da PAL dos 84 géneros alimentícios (Tabela 5.)

Tabela 5. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios da categoria 2.

<i>Pode conter vestígios de</i>	78
<i>Pode conter</i>	2
<i>Poderá conter vestígios de</i>	2
<i>Produzido numa fábrica que também usa</i>	1

## Alergénios na PAL

Nos 83 géneros alimentícios com PAL, foram detetados os catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Leite” (n=50), “Soja” (n=40), “Aipo” (n=34) e “Mostarda” (n=29) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria 2. com PAL consultar a Figura 5. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 83 géneros alimentícios foi de 3,48, alcançando um valor máximo de 10 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência na categoria 2. foram “Aipo, glúten, leite, mostarda e soja” (n=6) e “Ovos, peixes e soja” (n=6). Foi observado com maior frequência a indicação de apenas um alergénio na PAL (37,3%), seguido de cinco alergénios (13,3%) e de três alergénios (10,8%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria 2. encontra-se explanada na Figura 6.

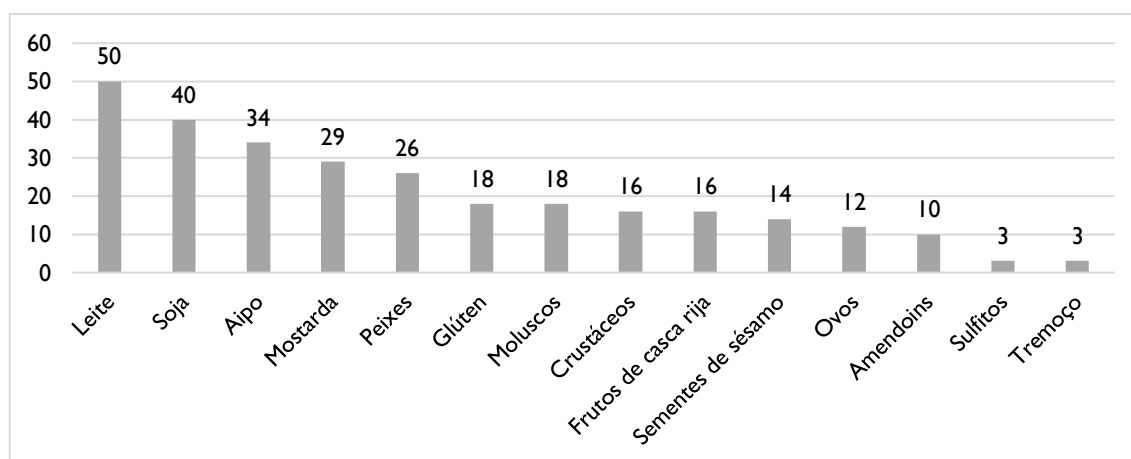


Figura 5. Frequência de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 2.

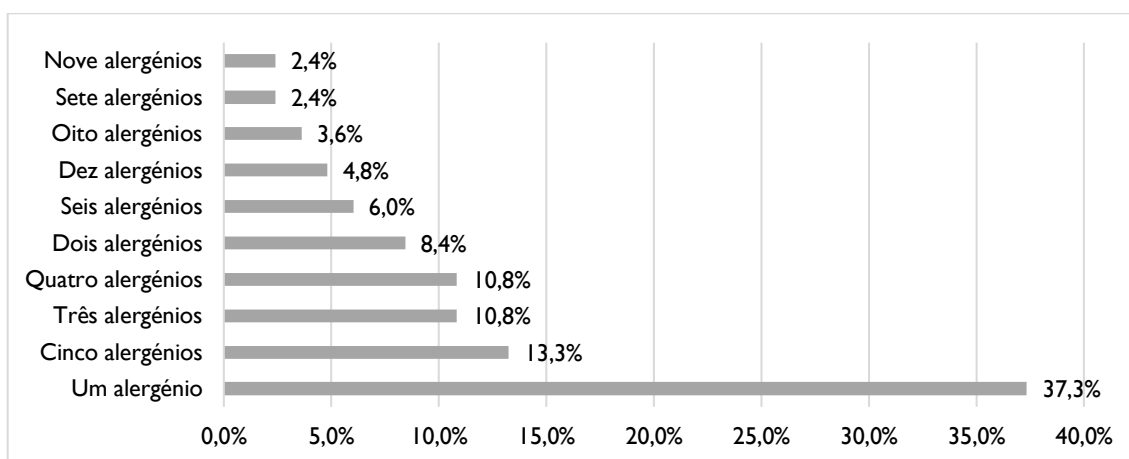


Figura 6. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 2.

### **Categoria 3. Doces, bolos e bolachas**

Na categoria 3. foram incluídos dados de 101 géneros alimentícios. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a quatro géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “Tarte gelada de baunilha e chocolate” do Retalhista 2, a “Madalenas clássicas” do Retalhista 2 e Retalhista 3 e “Bolachas de pequeno-almoço” do Retalhista 4.

#### **Frequência do uso de PAL**

Nesta categoria verificou-se que 54 dos 101 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (53,47%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

#### **Tipo de PAL**

Nos 54 géneros alimentícios com PAL na categoria 3. foram detetados três tipos diferentes de menção de PAL. A menção “*Pode conter vestígios de*” foi utilizada em 87,04% (n=47) da PAL dos 54 géneros alimentícios (Tabela 6.)

Tabela 6. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios da categoria 3.

<i>Pode conter vestígios de</i>	47
<i>Pode conter</i>	6
<i>Pode também conter vestígios de</i>	1

#### **Alergénios na PAL**

Nos 54 géneros alimentícios com PAL, foram detetados oito alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “*Frutos de casca rijã*” (n=35), “*Ovo*”



(n=25), “Soja” (n=24) e “Leite” (n=16) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Nesta Categoria de géneros alimentícios não foram detetados “Aipo”, “Crustáceos”, “Moluscos”, “Mostarda”, “Peixes” e “Tremoço” na PAL. Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria 3. com PAL consultar a Figura 7. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 54 géneros alimentícios foi de 2,46, alcançando um valor máximo de 6 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência na categoria 3. foram “Leite e soja” (n=6) e “Frutos de casca rija e ovos” (n=6). Foi observado com maior frequência a indicação dois alergénios na PAL (46,2%), seguido de três alergénios (24,1%) e de um alergénio (18,5%) A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria 3. encontra-se explanada na Figura 8.

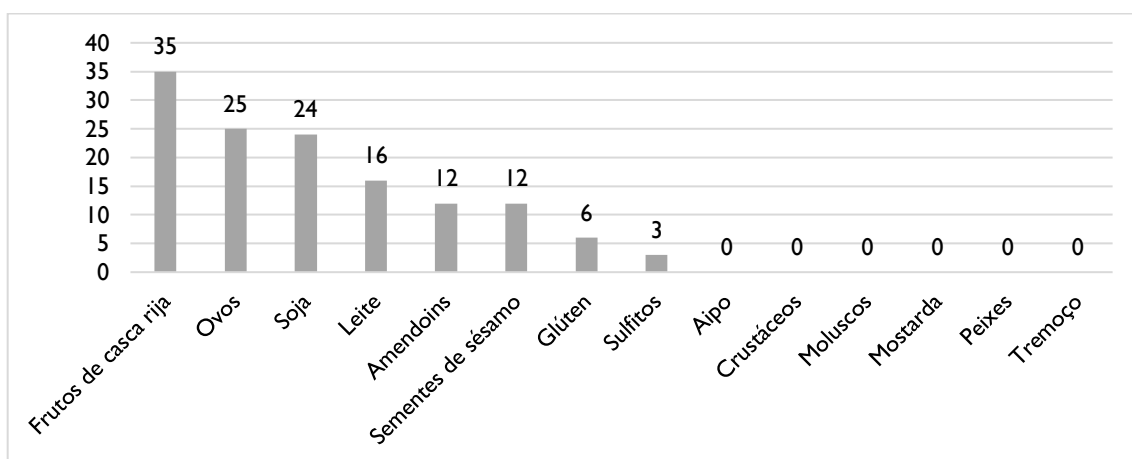


Figura 7. Frequência de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 3.

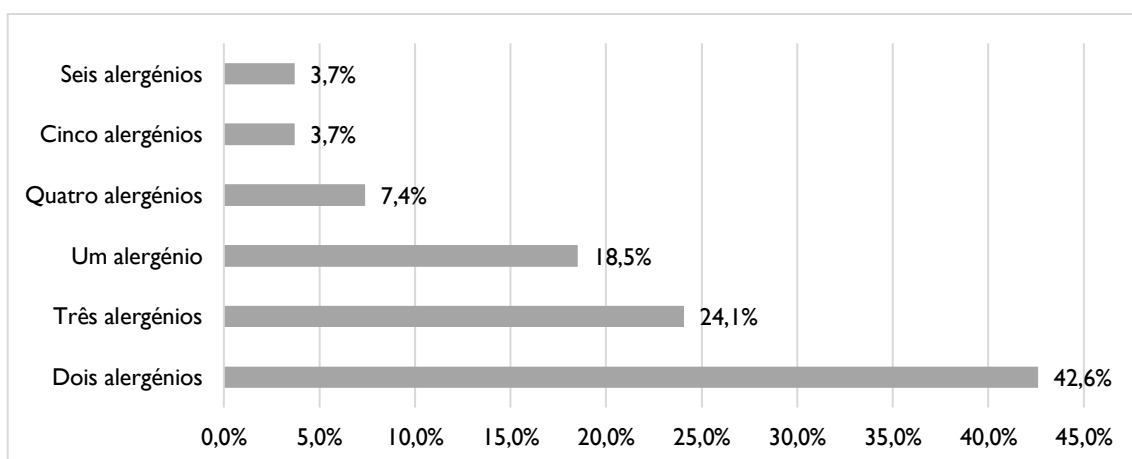


Figura 8. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 3.

## **Categoria 4. Produtos lácteos**

Na categoria 4. foram incluídos dados de 87 géneros alimentícios. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a dezoito géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “iogurte meio-gordo sólido pedaços” de Marca de Referência; a “iogurte natural meio gordo” do Retalhista 6; a “iogurte magro sólido aroma” do Retalhista 4 e Retalhista 6; a “iogurte magro sólido pedaços” de Marca de Referência e do Retalhista 5; a “iogurte com bifidus” do Retalhista 3; a “iogurte com esteróis vegetais” do Retalhista 1, Retalhista 2, Retalhista 3 e Retalhista 6; a “iogurte skyr líquido” do Retalhista 2, Retalhista 3, Retalhista 4 e Retalhista 5; a “iogurte skyr sólido” do Retalhista 3 e “iogurte magro natural” do Retalhista 3 e Retalhista 4.

### **Frequência do uso de PAL**

Nesta categoria verificou-se que 16 dos 87 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (18,39%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

### **Tipo de PAL**

Nos 16 géneros alimentícios com PAL na categoria 4. foram detetados dois tipos diferentes de menção de PAL. A menção “*Pode conter vestígios de*” foi utilizada em 87,5% (n=14) e a menção “*Pode conter*” foi utilizada em 12,5% (n=2) dos casos.

### **Alergénios na PAL**

Nos 16 géneros alimentícios com PAL, foram detetados seis alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “*Frutos de casca rija*” (n=11), “*Glúten*” (n=9), “*Sementes de sésamo*” (n=6), “*Amendoins*” (n=4) e “*Soja*” (n=4) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Nesta categoria de géneros alimentícios não foram detetados “*Aipo*”, “*Crustáceos*”, “*Leite*”, “*Moluscos*”, “*Mostarda*”, “*Peixes*”, “*Sulfitos*” e “*Tremoço*” na PAL. Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria 4. com PAL consultar a Figura 9. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 16 géneros alimentícios foi de 2.19, alcançando um valor máximo de 4 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência na categoria 4. foram “*Frutos de casca rija e glúten*” (n=4) e “*Amendoins, frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja*” (n=3). Foi observado com maior frequência a indicação dois alergénios na PAL (37,5%), seguido de um alergénio (31,3%) e de quatro alergénios (18,8%). A distribuição do número de

alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria 4. encontra-se explanada na Figura 10.

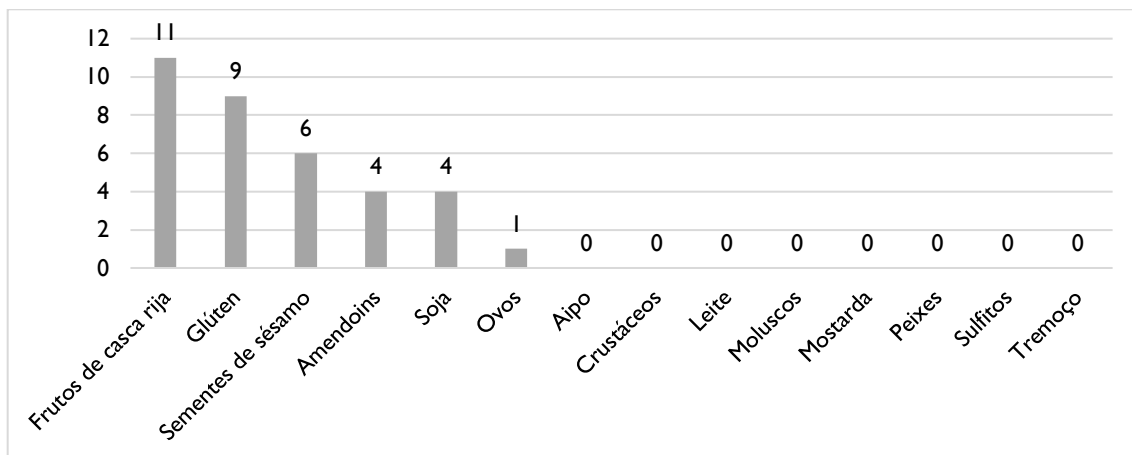


Figura 9. Frequência de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 4.

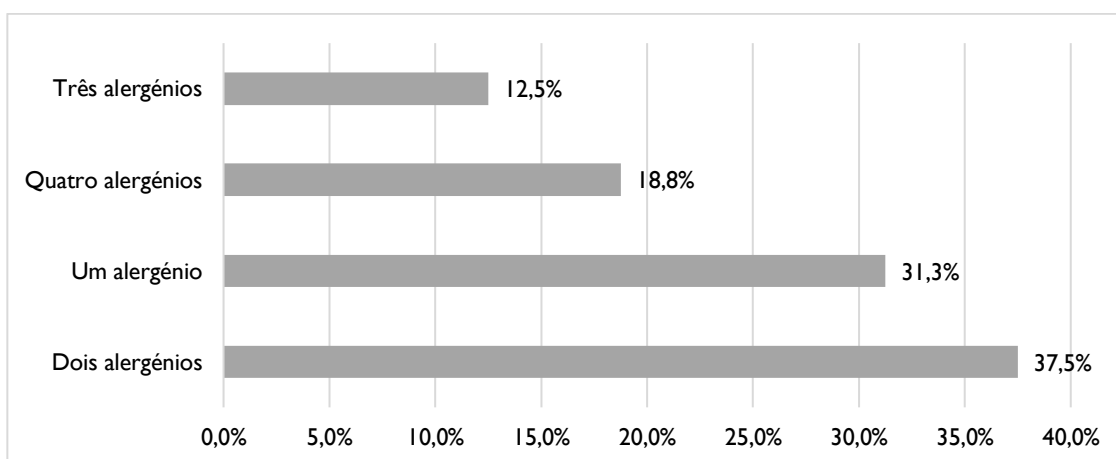


Figura 10. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 4.

### **Categoria 5. Recheios para pão**

Na categoria 5. foram incluídos dados de 98 géneros. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a sete géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “Requeijão” do Retalhista 3; “Creme vegetal para barrar” do Retalhista 4; “Creme vegetal para barrar sabor a manteiga” do Retalhista 4, Retalhista 5 e Retalhista 6; “Manteiga de amendoim” do Retalhista 5 e a “Mortadela com azeitonas” da Marca de Referência.

## Frequência do uso de PAL

Nesta categoria verificou-se que 22 dos 98 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alérgenos descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (22,45%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

## Tipo de PAL

Nos 22 géneros alimentícios com PAL na categoria 5. foram detetados 2 tipos diferentes de menção de PAL. A menção “*Pode conter vestígios de*” foi utilizada em 95,45% (n=21) e a menção “*Pode conter*” foi utilizada em 4,55% (n=1) dos casos.

## Alérgenos na PAL

Nos 22 géneros alimentícios com PAL, foram detetados sete alérgenos descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Leite” (n=15), “Frutos de casca rija” (n=6) e “Soja” (n=3) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Nesta categoria de géneros alimentícios não foram detetados “Aipo”, “Amendoins”, “Crustáceos”, “Moluscos”, “Mostarda”, “Peixes” e “Tremoço” na PAL. Para uma análise completa da frequência dos alérgenos nos géneros alimentícios da categoria 5. com PAL consultar a Figura 11. A média de número de alérgenos indicada na PAL dos 22 géneros alimentícios foi de 1,27, alcançando um valor máximo de 3 alérgenos na PAL. Foi observado com maior frequência a indicação de apenas um alérgeno na PAL (81,8%). A menção de dois alérgenos e a menção de três alérgenos apresentou uma frequência semelhante (9,1%). A distribuição do número de alérgenos mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria 5. encontra-se explanada na Figura 12. Nesta categoria observou-se que a PAL continha maioritariamente apenas um alérgeno, por exemplo “Leite” (n=12) e “Frutos de casca rija” (n=4), não sendo de relevar as combinações de alérgenos na PAL.

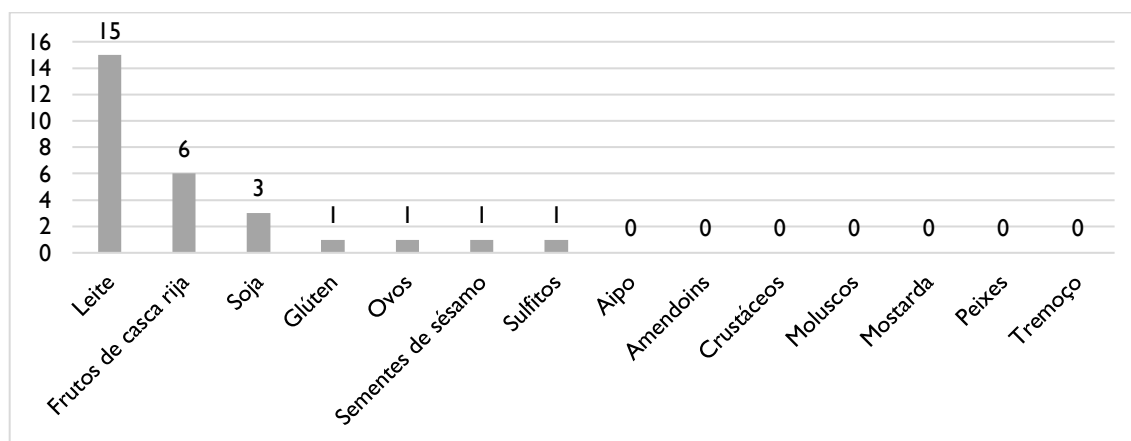


Figura 11. Frequência de alérgenos na PAL dos géneros alimentícios da categoria 5.

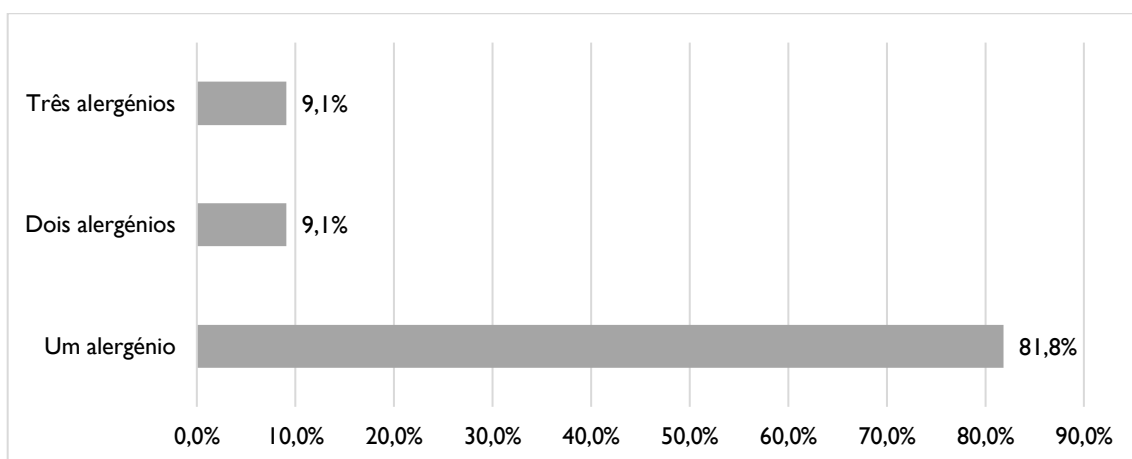


Figura 12. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 5.

### **Categoria 6. Sopas, molhos e condimentos**

Na categoria 6. foram incluídos dados de 97 géneros alimentícios. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a oito géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “Sopa de cebola” do Retalhista 4; a “Sopa de cogumelos” do Retalhista 4 e Retalhista 6; a “Canja de galinha” do Retalhista 4; a “Puré de batata” do Retalhista 4; a “Caldo de carne” do Retalhista 4; a “Caldo de galinha” do Retalhista 4 e a “Ketchup” do Retalhista 2.

#### **Frequência do uso de PAL**

Nesta categoria verificou-se que 43 dos 97 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (44,33%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

#### **Tipo de PAL**

Nos 43 géneros alimentícios com PAL na categoria 6. foram detetados quatro tipos diferentes de menção de PAL. A menção “Pode conter vestígios de” foi utilizada em 81,40% (n=35) da PAL dos 43 géneros alimentícios (Tabela 7.)

Tabela 7. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios da categoria 6.

<i>Pode conter vestígios de</i>	35
<i>Pode conter</i>	4
<i>Pode conter resíduos de</i>	2
<i>Este prato é confeccionado onde há manipulação de</i>	1

## Alergénios na PAL

Nos 43 géneros alimentícios com PAL, foram detetados treze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Ovos” (n=27), “Soja” (n=26), “Aipo” (n=22), “Crustáceos” (n=22) e “Peixes” (n=22) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). O único alergénio que não foi detetado na PAL dos géneros alimentícios desta categoria foi o “Tremoço”. Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria 6. com PAL consultar a Figura 13. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 43 géneros alimentícios foi de 4,12, alcançando um valor máximo de 12 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência na categoria 6. foram “Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja” (n=5) e “Crustáceos, peixes e soja” (n=4). Foi observado com maior frequência a indicação de quatro alergénios na PAL (20,9%), seguido por um, três e cinco alergénios com frequência semelhante (14,0%). Não se observou PAL com nove, dez e onze alergénios. A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria 6. encontra-se explanada na Figura 14.

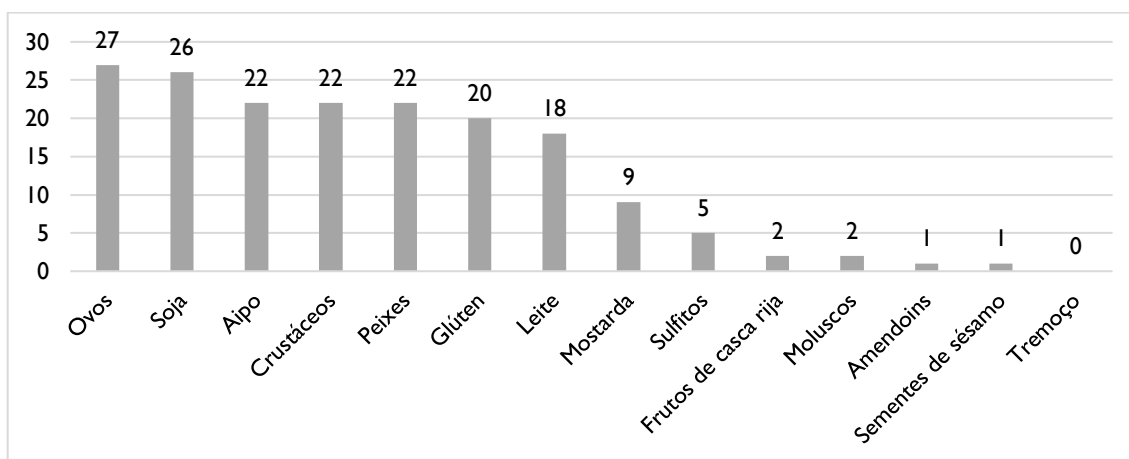


Figura 13. Frequência de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 6.

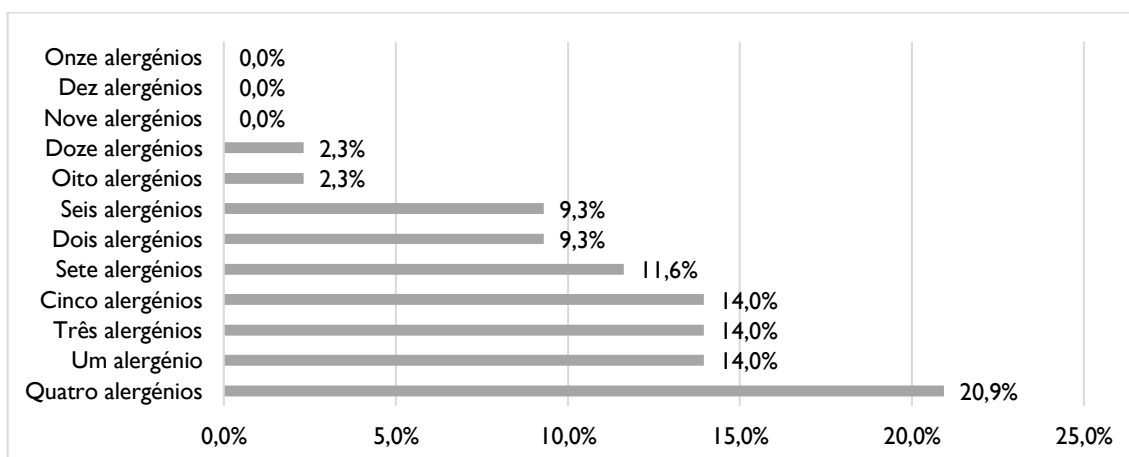


Figura 14. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios da categoria 6.

## **Categoria 7. Substitutos de carne e de produtos lácteos**

Na categoria 7. foram incluídos dados de 76 géneros. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a vinte e nove géneros alimentícios definidos nesta categoria, nomeadamente os relativos a “Bebida de coco” do Retalhista 6, “Sobremesa de soja” da Marca de Referência e do Retalhista 2, Retalhista 3, Retalhista 4 e Retalhista 6; a “Tofu” do Retalhista 2 e Retalhista 5; a “Tofu fumado” do Retalhista 1, Retalhista 2, Retalhista 3, Retalhista 4 e Retalhista 5; a “Seitan” do Retalhista 2, Retalhista 3, Retalhista 5 e Retalhista 6; a “Lasanha vegetariana” da Marca de Referência e do Retalhista 4 e Retalhista 5; a “Hambúrguer vegetariano” do Retalhista 5; a “Almôndegas vegetarianas” do Retalhista 1, Retalhista 3, Retalhista 4 e Retalhista 6 e a “Salsichas vegetarianas” do Retalhista 1, Retalhista 2, Retalhista 3 e Retalhista 5.

### **Frequência do uso de PAL**

Nesta categoria verificou-se que 54 dos 76 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (71,05%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

### **Tipo de PAL**

Nos 54 géneros alimentícios com PAL na categoria 7. foram detetados quatro tipos diferentes de menção de PAL. A menção “*Pode conter vestígios de*” foi utilizada em 94,44% (n=51) da PAL dos 54 géneros alimentícios (Tabela 8.)

Tabela 8. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios da categoria 7.

<i>Pode conter vestígios de</i>	51
<i>Produzido numa empresa onde também são manipulados</i>	1
<i>Pode conter</i>	1
<i>Produzido em fábrica que opera com</i>	1

### **Alergénios na PAL**

Nos 54 géneros alimentícios com PAL, foram detetados onze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “*Frutos de casca rijá*” (n=43), e “*Soja*” (n=23). Nesta categoria não foram detetados “*Crustáceos*”, “*Sulfitos*” e “*Tremoços*” (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria 7. com PAL consultar a Figura 15. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 54 géneros alimentícios foi de 1,89, alcançando um valor máximo de 7 alergénios na PAL. A associação de dois ou mais alergénios na PAL observada com

maior frequência na categoria 7. foi “Frutos de casca rija e soja” (n=14). Foi observado com maior frequência a indicação de apenas um alérgico na PAL (48,1%), seguido por dois alérgicos (38,9%). Nesta categoria não se observou PAL com seis alérgicos. A distribuição do número de alérgicos mencionados na PAL dos géneros alimentícios da categoria 7. encontra-se explanada na Figura 16.

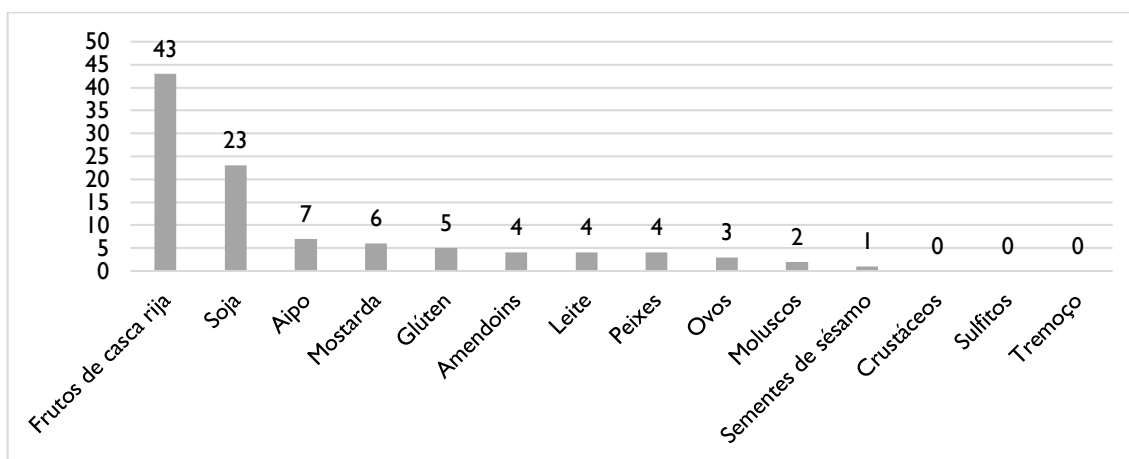


Figura 15. Frequência de alérgicos na PAL dos géneros alimentícios da categoria 7.

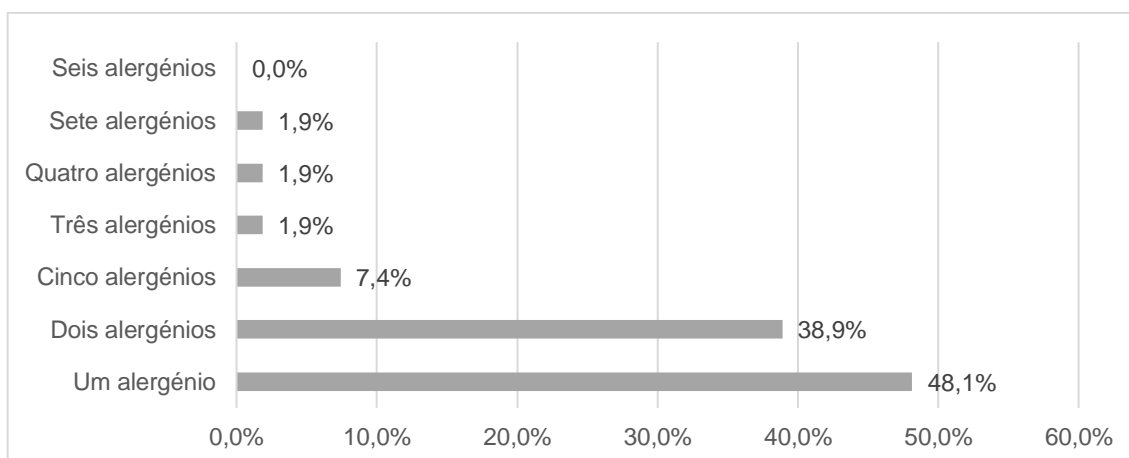


Figura 16. Percentagem do número de alérgicos na PAL dos géneros alimentícios da categoria 7.

### Resultados por Marcas

Foram incluídos géneros alimentícios de sete marcas: um género alimentício de marca própria de cada uma das seis cadeias retalhistas incluídas e um género alimentício de uma Marca de Referência. A Tabela 9. permite a análise da síntese dos resultados com enfoque nas marcas.



Tabela 9. Síntese dos resultados por marcas

Marca	N.º de géneros alimentícios incluídos	Frequência de PAL	Tipos de menções de PAL	Tipos de alergénios presentes na PAL	Média de n.º de alergénios presentes na PAL
Retalhista 1	99	56,57%	1	12	2,82
Retalhista 2	92	56,52%	4	13	3,10
Retalhista 3	91	61,54%	1	14	2,78
Retalhista 4	86	50,00%	3	13	2,74
Retalhista 5	91	54,95%	1	13	2,70
Retalhista 6	94	53,19%	2	13	3,08
Marca de Referência	100	48,00%	6	14	2,65

Tabela 10. Comparação dos resultados relativos às marcas próprias de todas as cadeias retalhistas e aos dados da Marca de Referência

Marca	N.º de géneros alimentícios incluídos	Frequência de PAL	Tipos de menções de PAL	Tipos de alergénios presentes na PAL	Média de n.º de alergénios presentes na PAL
Marcas próprias das cadeias retalhistas (total)	553	55,52%	6	12	2,87
Marca de Referência	100	48,00%	6	14	2,65

### Marcas próprias das cadeias retalhistas

#### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 307 dos 553 géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (55,52%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

#### Tipo de PAL

Nos 307 géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas foram detetados seis tipos diferentes de menção de PAL. A menção “*Pode conter vestígios de*” foi utilizada em 96,42% (n=296) dos casos (Tabela 11.).

Tabela 11. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios de Marcas próprias das cadeias retalhistas

<i>Pode conter vestígios de</i>	296
<i>Pode conter</i>	4
<i>Poderá conter vestígios de</i>	3
<i>Pode conter resíduos de</i>	2
<i>Este prato é confeccionado onde há manipulação de</i>	1
<i>Pode também conter vestígios de</i>	1

## Alergénios na PAL

Nos 307 géneros alimentícios com PAL, foram detetados os catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Frutos de casca rija” (n=158), “Leite” (n=132) e “Soja” (n=130) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios das marcas próprias das cadeias retalhistas com PAL consultar a Figura 17. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 307 géneros alimentícios foi de 2,87, alcançando um valor máximo de 12 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência foram “Frutos de casca rija e soja” (n=16), “Frutos de casca rija, leite e soja” (n=11) e “Aipo, glúten, leite, mostarda e soja” (n=9). Foi observado com maior frequência a indicação de um alergénio na PAL (32,60%), seguido de dois alergénios na PAL (20,80%) e de três alergénios na PAL (16,30%). Não se observou PAL com onze alergénios nos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas. A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas encontra-se explanada na Figura 18.

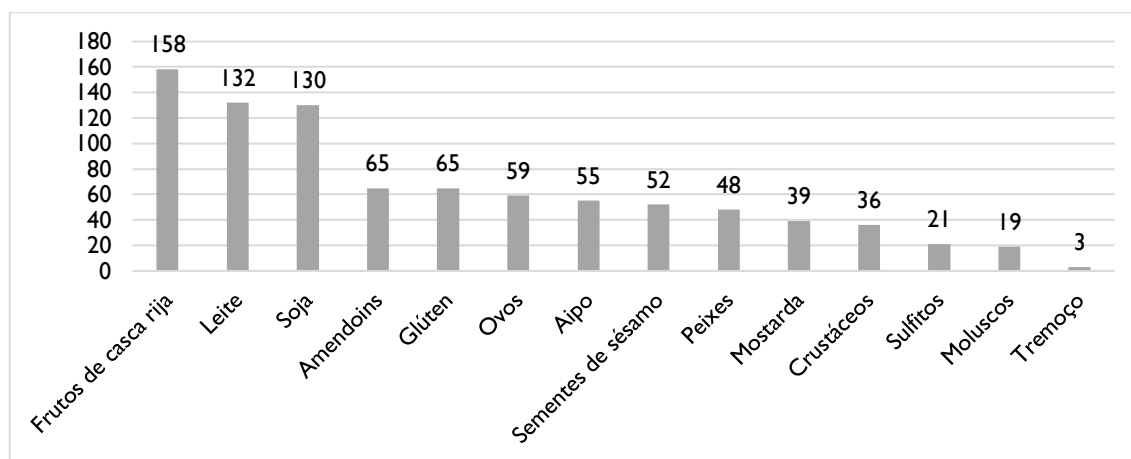


Figura 17. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas

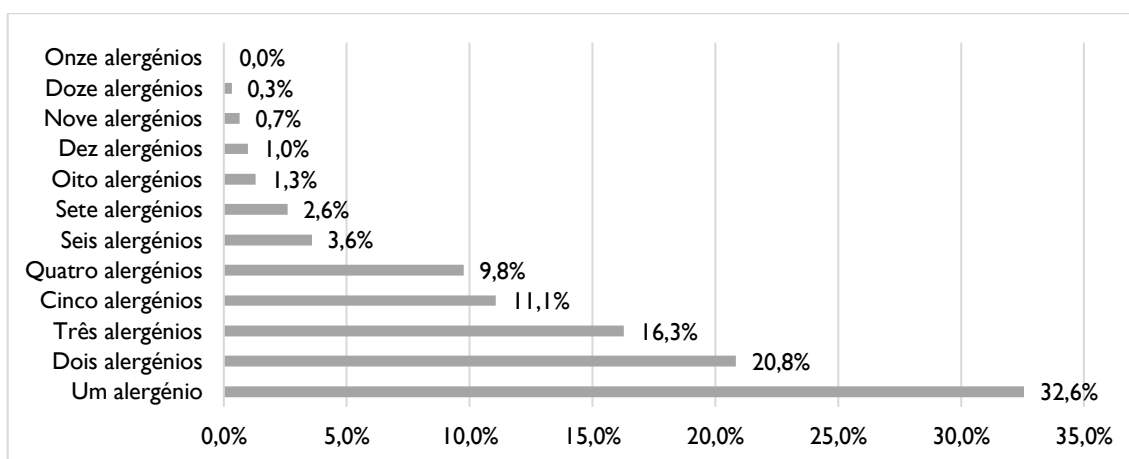


Figura 18. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios de marcas próprias das cadeias retalhistas

### Retalhista I

Neste estudo foram incluídos dados de 99 géneros alimentícios do Retalhista I. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a seis géneros alimentícios desta marca, nomeadamente os relativos a “Flocos de arroz”, “Empadas de frango”, “Iogurte com esteróis vegetais”, “Tofu fumado”, “Almôndegas vegetarianas” e “Salsichas vegetarianas”.

#### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 56 dos 99 géneros alimentícios do Retalhista I continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (56,57%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

#### Tipo de PAL

Nos 56 géneros alimentícios do Retalhista I com PAL foi detetada apenas uma menção de PAL: “Pode conter vestígios de”.

#### Alergénios na PAL

Nos 56 géneros alimentícios com PAL, foram detetados doze alergénios dos descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Frutos de casca rija” (n=28), “Soja” (n=27) e “Leite” (n=22) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios do Retalhista I com PAL consultar a Figura 19. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 56 géneros alimentícios foi de 2.82, alcançando um valor máximo de 7 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência nos géneros alimentícios do Retalhista I

com PAL foram “Frutos de casca rija e soja” (n=4) e “Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja” (n=3). Foi observado com maior frequência a indicação de um alergénio na PAL (32,6%), seguido de dois alergénios na PAL (20,8%) e de três alergénios na PAL (16,3%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 1 encontra-se explanada na Figura 20.

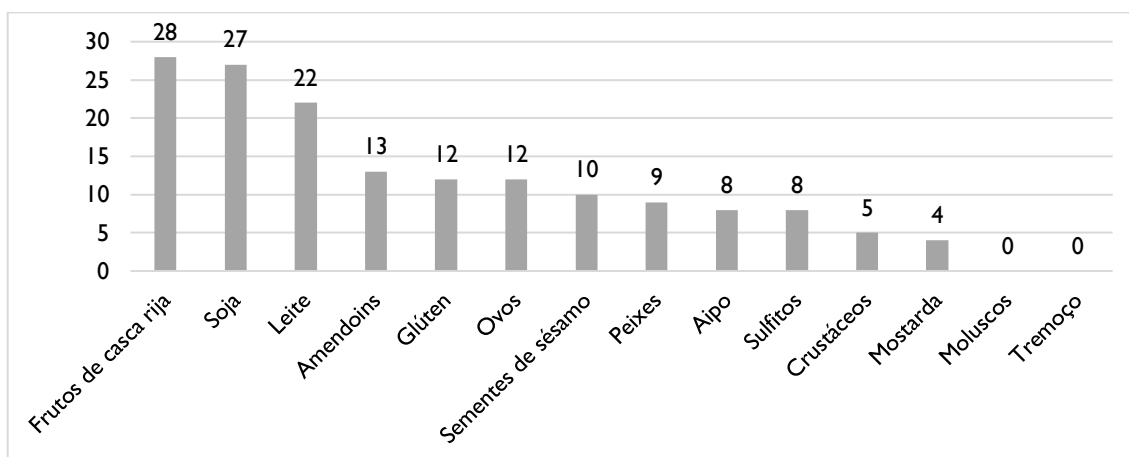


Figura 19. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 1

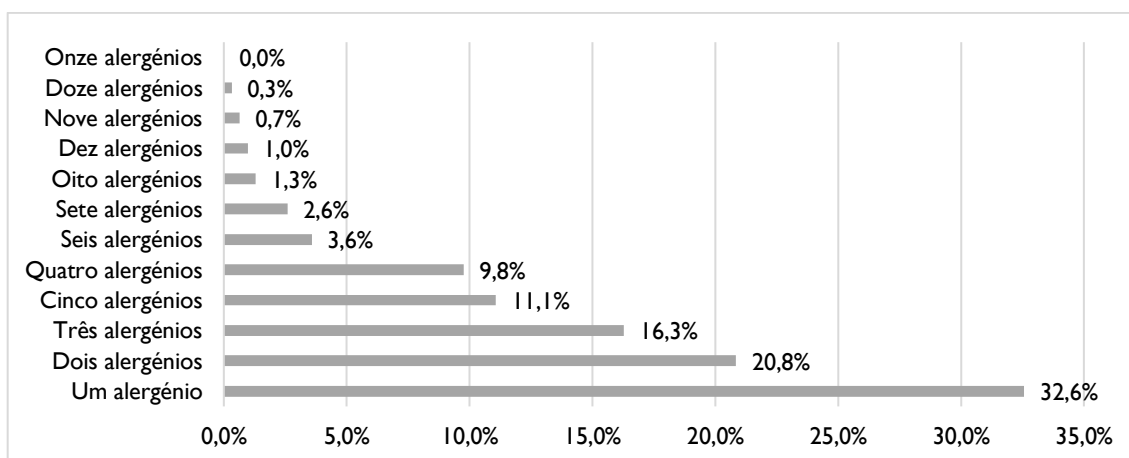


Figura 20. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 1

## Retalhista 2

Neste estudo foram incluídos dados de 92 géneros alimentícios do Retalhista 2. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a treze géneros alimentícios desta marca, nomeadamente os relativos a “Flocos de aveia”, “Flocos de arroz”, “Tarte gelada de baunilha e chocolate”, “Madalenas”, “Iogurte com esteróis vegetais”, “Iogurte skyr líquido”, “Sopa de cogumelos”, “Ketchup”, “Sobremesa de soja”, “Tofu”, “Tofu fumado”, “Seitan” e “Salsichas vegetarianas”.

## Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 52 dos 92 géneros alimentícios do Retalhista 2 continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (56,52%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011)

## Tipo de PAL

Nos 52 géneros alimentícios do Retalhista 2 com PAL foram detetados quatro tipos de menção de PAL. A menção “*Pode conter vestígios de*” foi utilizada em 88,46% (n=46) da PAL géneros alimentícios (Tabela 12.)

Tabela 12. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios do Retalhista 2

<i>Pode conter vestígios de</i>	46
<i>Pode conter</i>	4
<i>Este prato é confeccionado onde há manipulação de</i>	1
<i>Poderá conter vestígios de</i>	1

## Alergénios na PAL

Nos 52 géneros alimentícios com PAL, foram detetados treze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “*Frutos de casca rija*” (n=28), “*Leite*” (n=26) e “*Soja*” (n=25) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios do Retalhista 2 com PAL consultar a Figura 21. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 52 géneros alimentícios foi de 3,10, alcançando um valor máximo de 12 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência nos géneros alimentícios do Retalhista 2 com PAL foram “*Frutos de casca rija e soja*” (n=4) e “*Frutos de casca rija, leite e soja*” (n=3). Foi observado com maior frequência a indicação de um alergénio na PAL (34,60%), seguido com semelhante frequência a indicações de dois alergénios na PAL (17,30%) e de três alergénios na PAL (17,30%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 2. encontra-se explanada na Figura 22.

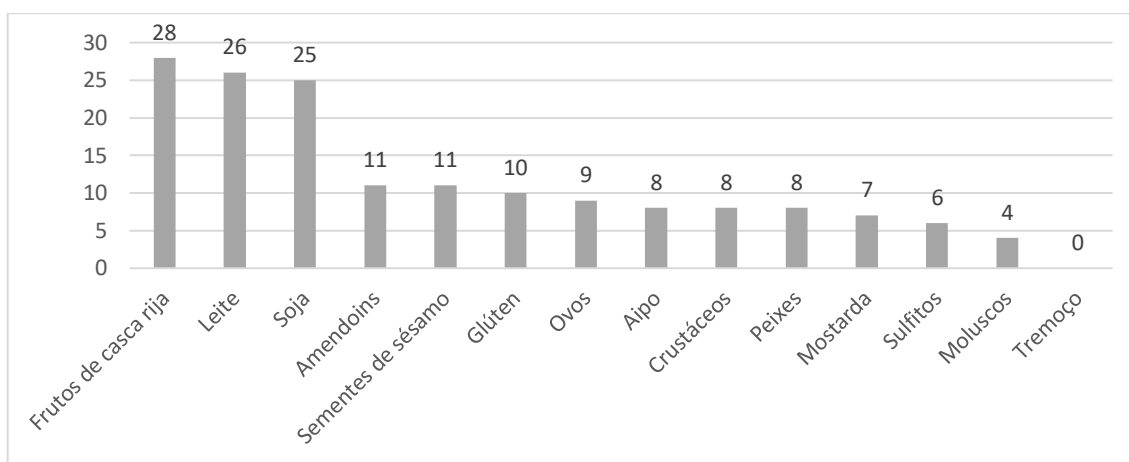


Figura 21. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 2

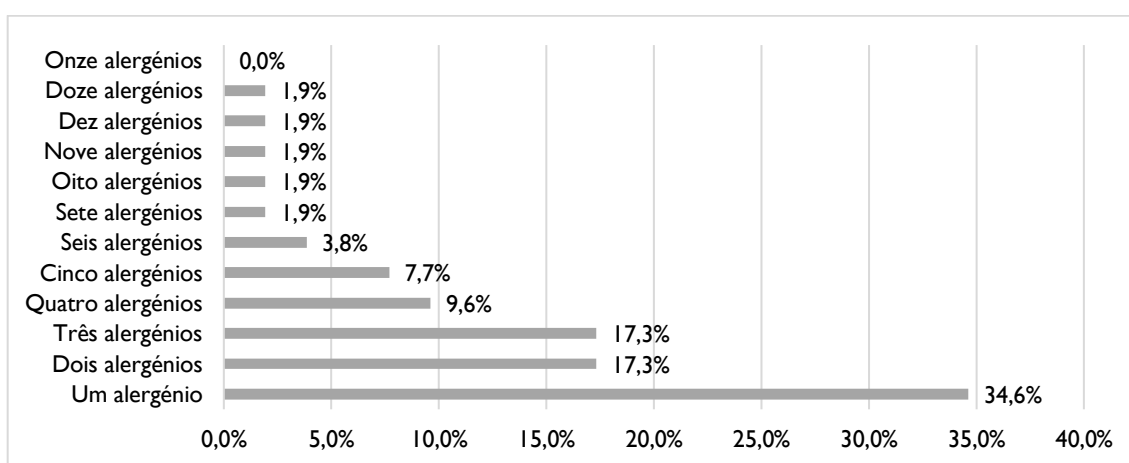


Figura 22. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 2

### Retalhista 3

Neste estudo foram incluídos dados de 91 géneros alimentícios do Retalhista 3. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a catorze géneros alimentícios desta marca nomeadamente os relativos a “Flocos de arroz”, “Bolachas salgadas”, “Madalenas”, “Iogurte com bifidus”, “Iogurte com esteróis vegetais”, Iogurte skyr líquido”, Iogurte skyr sólido”, “Iogurte natural magro”, “Requeijão”, “Sobremesa de soja”, “Tofu fumado”, “Seitan”, “Almôndegas vegetarianas” e “Salsichas vegetarianas”.

#### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 56 dos 91 géneros alimentícios do Retalhista 3 continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (61,54%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

## Tipo de PAL

Nos 56 géneros alimentícios do Retalhista 3 com PAL foi detetada apenas uma menção de PAL: “Pode conter vestígios de”.

## Alergénios na PAL

Nos 56 géneros alimentícios com PAL, foram detetados os catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Frutos de casca rija” (n=29), “Soja” (n=20) e “Leite” (n=17) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios do Retalhista 3 com PAL consultar a Figura 23. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 56 géneros alimentícios foi de 2,78, alcançando um valor máximo de 10 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência nos géneros alimentícios do Retalhista 3 com PAL foram “Frutos de casca rija e soja” (n=5) e “Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo” (n=3). Foi observado com maior frequência a indicação de um alergénio na PAL (35,70%), seguido pela indicação de dois alergénios na PAL (19,60%) e de três alergénios na PAL (16,10%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 3 encontra-se explanada na Figura 24.

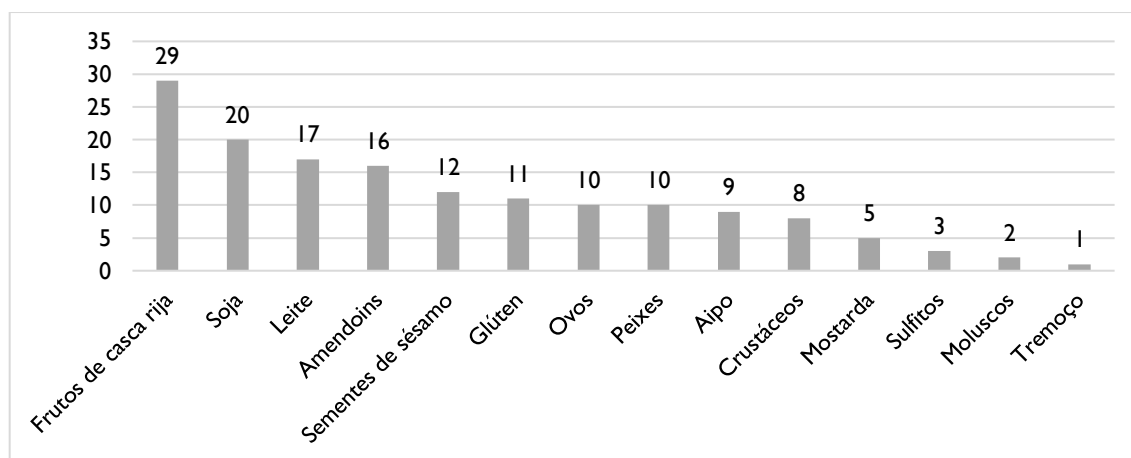


Figura 23. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 3

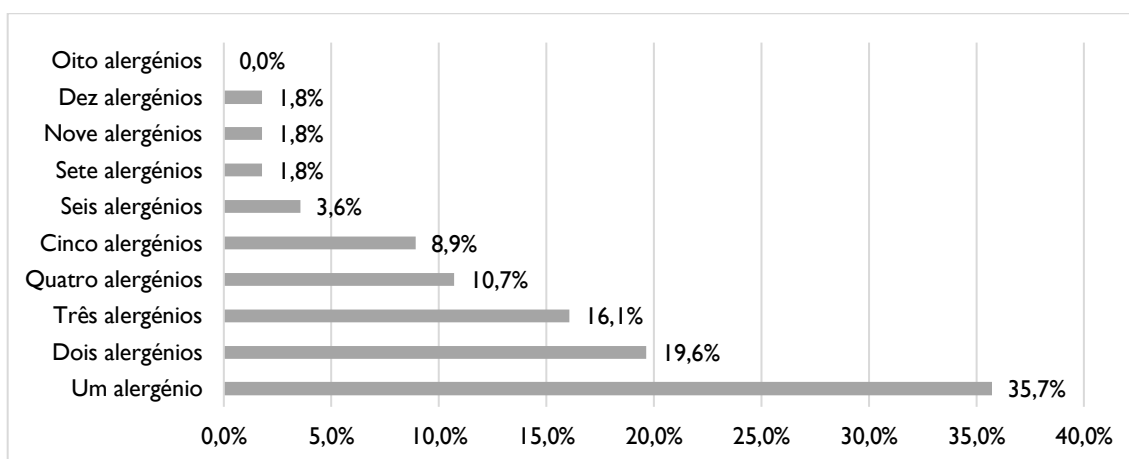


Figura 24. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 3

#### Retalhista 4

Neste estudo foram incluídos dados de 86 géneros alimentícios do Retalhista 4. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a dezanove géneros alimentícios desta marca, nomeadamente os relativos a “Barra cereais simples”, “Flocos de arroz”, “Empadas de frango”, “Bolachas de pequeno-almoço”, “Iogurte magro sólido aroma”, “Iogurte skyr líquido”, “Iogurte natural magro”, “Creme vegetal para barrar”, “Creme vegetal para barrar sabor a manteiga”, “Sopa de cebola”, “Sopa de cogumelos”, “Canja de galinha”, “Puré de batata”, “Caldo de carne”, “Caldo de galinha”, “Sobremesa de soja”, “Tofu fumado”, “Lasanha vegetariana” e “Almôndegas vegetarianas”.

#### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 43 dos 86 géneros alimentícios do Retalhista 4 continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (50,00%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

#### Tipo de PAL

Nos 43 géneros alimentícios do Retalhista 4 com PAL foram detetados três tipos de menção de PAL. A menção “Pode conter vestígios de” foi utilizada em 93,02% (n=40) da PAL géneros alimentícios (Tabela 13.)

Tabela 13. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios do Retalhista 4

<i>Pode conter vestígios de</i>	40
<i>Poderá conter vestígios de</i>	2
<i>Pode também conter vestígios de</i>	1



## Alergénios na PAL

Nos 43 géneros alimentícios com PAL, foram detetados treze dos alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Frutos de casca rija” (n=26), “Leite” (n=26) e “Soja” (n=14) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios do Retalhista 4 com PAL consultar a Figura 25. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 43 géneros alimentícios foi de 2,74, alcançando um valor máximo de 10 alergénios na PAL. As associações de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência nos géneros alimentícios do Retalhista 4 com PAL foram “Frutos de casca rija, leite e soja” (n=3) e “Amendoins e frutos de casca rija” (n=3). Foi observado com maior frequência a indicação de um alergénio na PAL (34,90%), seguido pela indicação de dois alergénios na PAL (30,20%) e de três alergénios na PAL (11,60%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 4 encontra-se explanada na Figura 26.

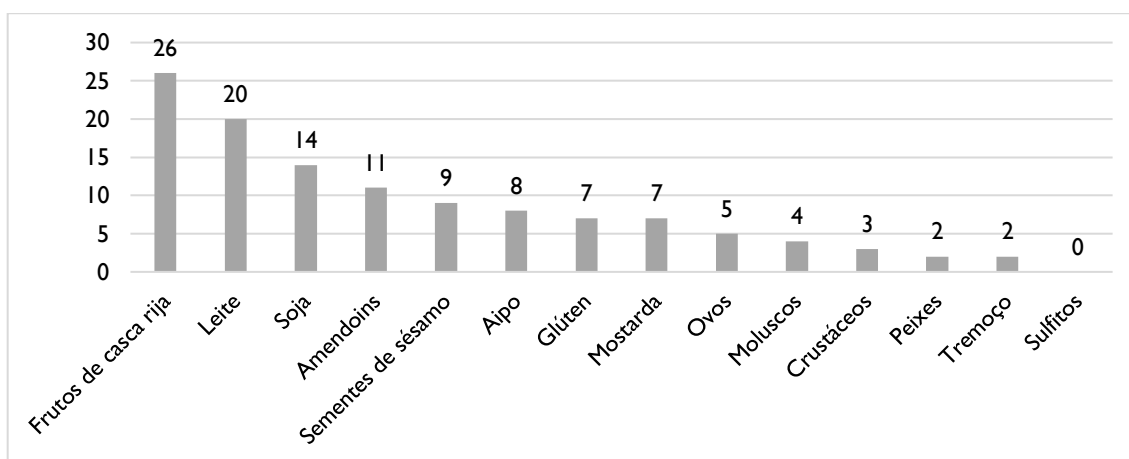


Figura 25. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 4

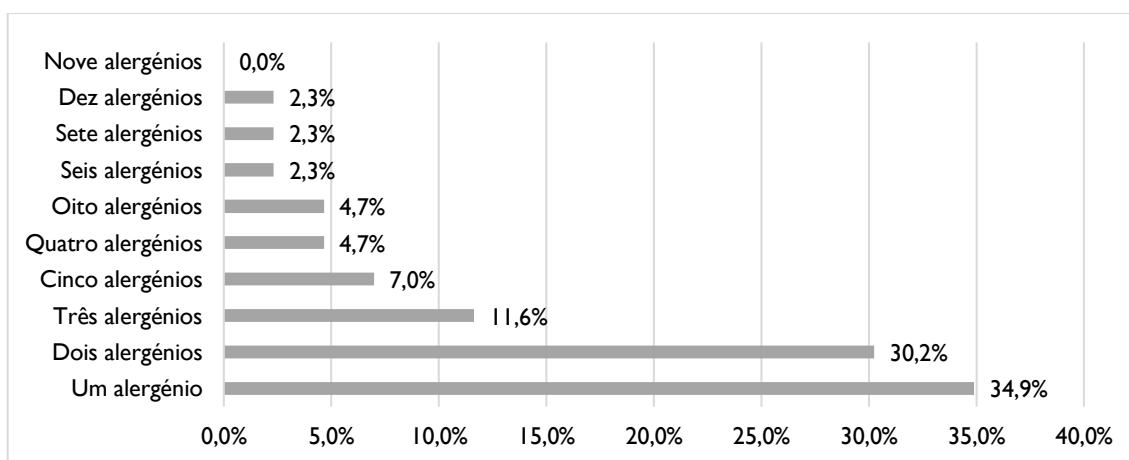


Figura 26. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 4

## Retalhista 5

Neste estudo foram incluídos dados de 91 géneros alimentícios do Retalhista 5. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a catorze géneros alimentícios desta marca, nomeadamente os relativos a “Granola/Muesli simples”, “Barra cereais simples”, “Flocos de arroz”, “Bolachas salgadas”, “Iogurte magro sólido pedaços”, “Iogurte skyr líquido”, “Creme vegetal para barrar sabor a manteiga”, “Manteiga de amendoim”, “Tofu”, “Tofu fumado”, “Seitan”, “Lasanha vegetariana”, “Hambúrguer vegetariano” e “Salsichas vegetarianas”.

### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 50 dos 91 géneros alimentícios do Retalhista 5 continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (54,95%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011)

### Tipo de PAL

Nos 50 géneros alimentícios do Retalhista 5 com PAL foi detetado apenas um tipo de menção de PAL: “*Pode conter vestígios de*”.

### Alergénios na PAL

Nos 50 géneros alimentícios com PAL, foram detetados treze dos alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Leite” (n=22), “Frutos de casca rija” (n=20) e “Soja” (n=15) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios da categoria I. com PAL consultar a Figura 27. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 50 géneros alimentícios foi de 2,70, alcançando um valor máximo de 8 alergénios na PAL. A associação de dois ou mais alergénios na PAL observada com maior frequência nos géneros alimentícios do Retalhista 5 com PAL foi “Frutos de casca rija e leite” (n=3). Foi observado com maior frequência a indicação de um alergénio na PAL (36,00%), seguido pela indicação de três alergénios na PAL (20,00%) e de dois alergénios na PAL (18,00%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 5 encontra-se explanada na Figura 28.

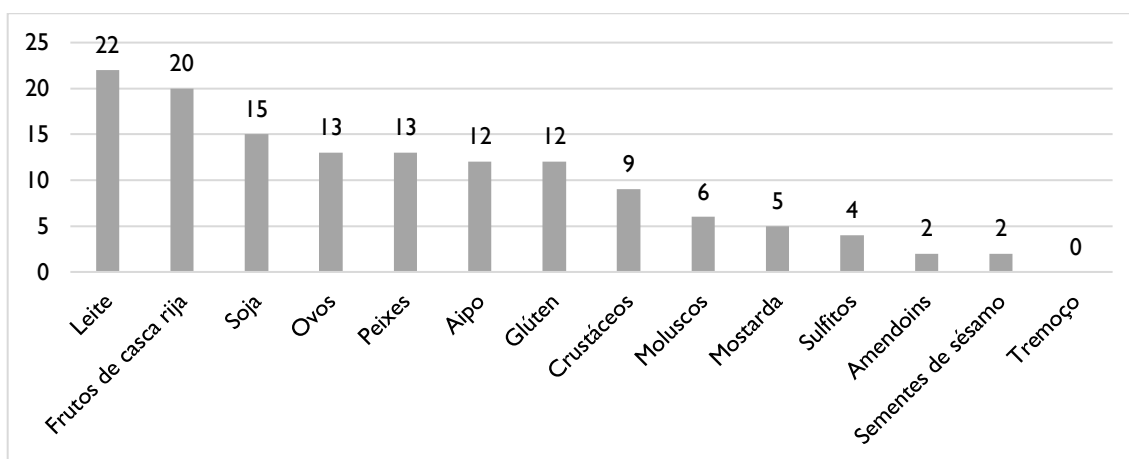


Figura 27. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 5

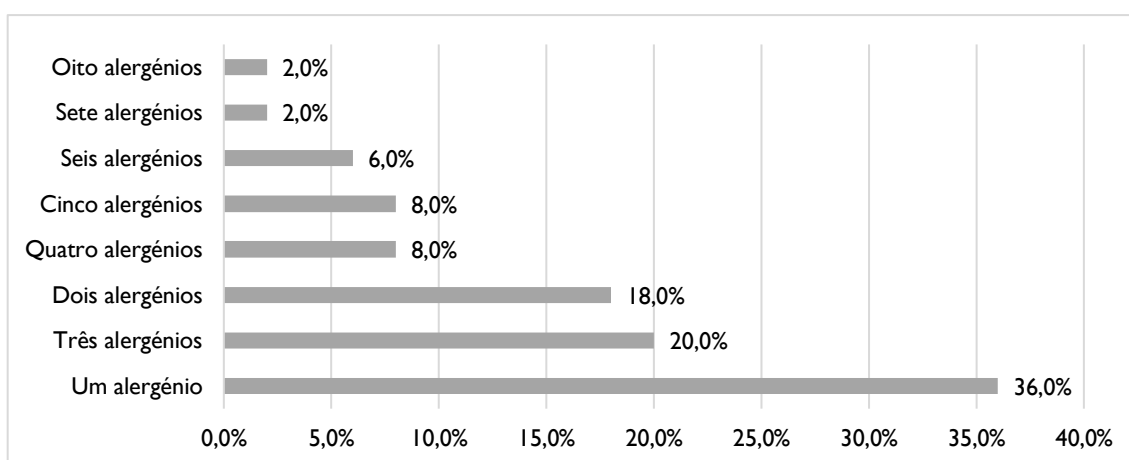


Figura 28. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 5

## Retalhista 6

Neste estudo foram incluídos dados de 94 géneros alimentícios do Retalhista 6. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a onze géneros alimentícios desta marca, nomeadamente os relativos a “Flocos de cereais com mel”, “Flocos de arroz”, “Farinha láctea”, “Iogurte natural meio gordo”, “Iogurte magro sólido aroma”, “Iogurte com esteróis vegetais”, “Creme vegetal para barrar sabor a manteiga”, “Bebida de coco”, “Sobremesa de soja”, “Seitan” e “Almôndegas vegetarianas”.

### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 50 dos 94 géneros alimentícios do Retalhista 6 continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (53,19%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

## Tipo de PAL

Nos 50 géneros alimentícios do Retalhista 6 com PAL foram detetados dois tipos de menção de PAL. A menção “Pode conter vestígios de” foi utilizada em 96,00% (n=48) da PAL géneros alimentícios (Tabela 14.).

Tabela 14. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios do Retalhista 6

<i>Pode conter vestígios de</i>	48
<i>Pode conter resíduos de</i>	2

## Alergénios na PAL

Nos 50 géneros alimentícios com PAL, foram detetados treze dos alérgenos descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Soja” (n=27), “Frutos de casca rija” (n=26) e “Leite” (n=25) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alérgenos nos géneros alimentícios do Retalhista 6 com PAL consultar a Figura 29. A média de número de alérgenos indicada na PAL dos 50 géneros alimentícios foi de 3,08, alcançando um valor máximo de 7 alérgenos na PAL. As associações de dois ou mais alérgenos na PAL observadas com maior frequência nos géneros alimentícios do Retalhista 6 com PAL foram “Frutos de casca rija e soja” (n=3) e “Amendoins, frutos de casca rija, glúten, leite e soja” (n=3). Foi observado com semelhante frequência a indicação de um alérgeno na PAL (22,00%) e de dois alérgenos na PAL (22,00%), seguidos pela frequência semelhante de três, quatro e cinco alérgenos (16,00%). A distribuição do número de alérgenos mencionados na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 6 encontra-se explanada na Figura 30.

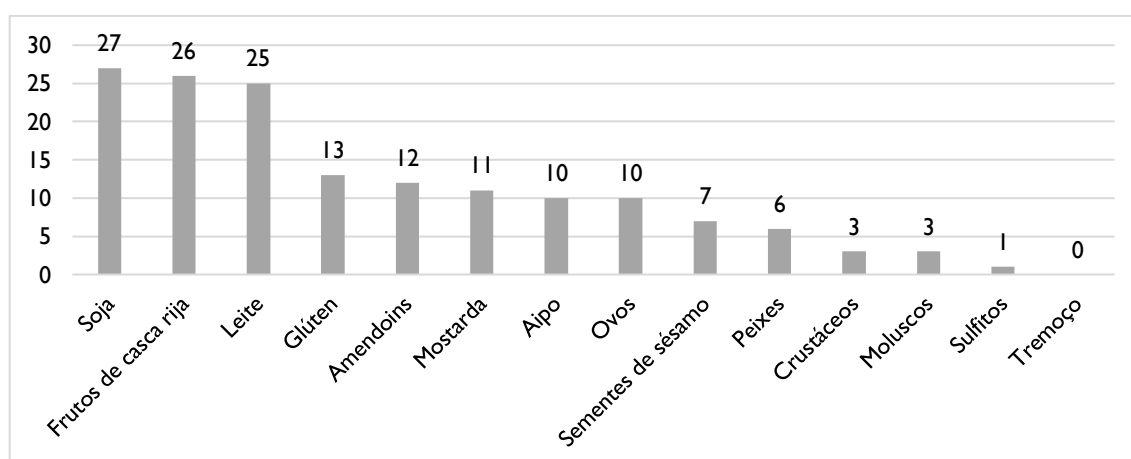


Figura 29. Frequência dos alérgenos na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 6

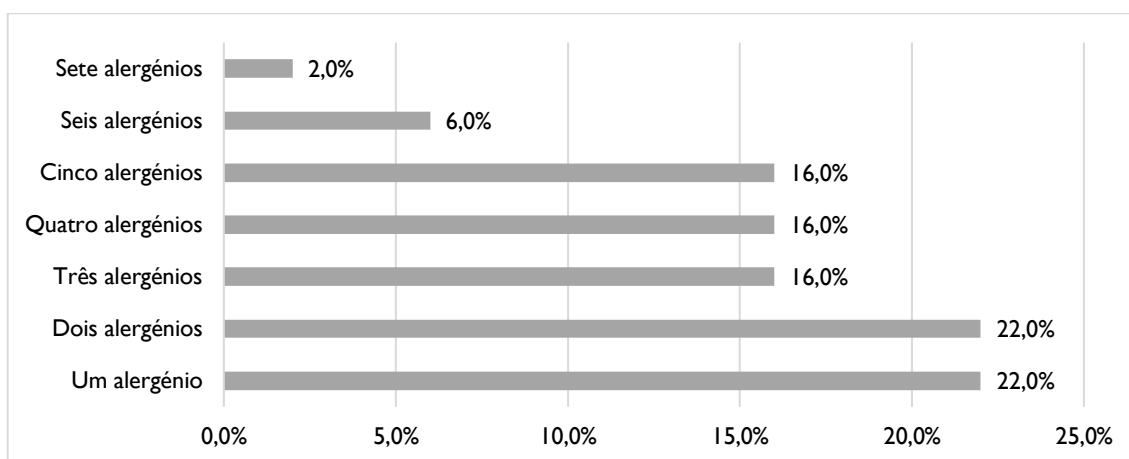


Figura 30. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios do Retalhista 6

### Marca de Referência

Neste estudo foram incluídos dados de 100 géneros alimentícios de Marca de Referência. Devido à sua inexistência, não foram incluídos dados relativos a seis géneros alimentícios desta marca, nomeadamente os relativos a “iogurte meio gordo pedaços”, “iogurte magro sólido pedaços”, “Mortadela com azeitonas”, “Sobremesa de soja” e “Lasanha vegetariana”.

### Frequência do uso de PAL

Verificou-se que 48 dos 100 géneros alimentícios continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais dos catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (48,00%) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011).

### Tipo de PAL

Nos 48 géneros alimentícios de Marca de Referência com PAL foram detetados 6 tipos diferentes de menção de PAL. A menção “Pode conter” foi utilizada em 47,92% (n=23) da PAL dos 48 géneros alimentícios e a menção “Pode conter vestígios de” foi utilizada em 43,75% (n=21) da PAL dos 48 géneros alimentício (Tabela 15.).

Tabela 15. Tipos de menções de PAL nos géneros alimentícios de Marca de Referência

<i>Pode conter</i>	23
<i>Pode conter vestígios de</i>	21
<i>Este produto é produzido numa fábrica que também usa</i>	1
<i>Produzido numa fábrica que também usa</i>	1
<i>Produzido numa empresa onde também são manipulados</i>	1
<i>Produzido em fábrica que opera com</i>	1

## Alergénios na PAL

Nos 48 géneros alimentícios com PAL, foram detetados os catorze alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “Soja” (n=26), “Leite” (n=24) e “Frutos de casca rija” (n=22) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Para uma análise completa da frequência dos alergénios nos géneros alimentícios de Marca de Referência com PAL consultar a Figura 31. A média de número de alergénios indicada na PAL dos 48 géneros alimentícios foi de 2,65, alcançando um valor máximo de 10 alergénios na PAL. A associação de dois ou mais alergénios na PAL observadas com maior frequência nos géneros alimentícios de Marca de Referência foi “Frutos de casca rija, leite e soja” (n=4). Foi observado com semelhante frequência a indicação de um alergénio na PAL (33,30%) e de três alergénios na PAL (33,30%), seguidos de dois alergénios na PAL (18,80%). A distribuição do número de alergénios mencionados na PAL dos géneros alimentícios de Marca de Referência encontra-se explanada na Figura 32.

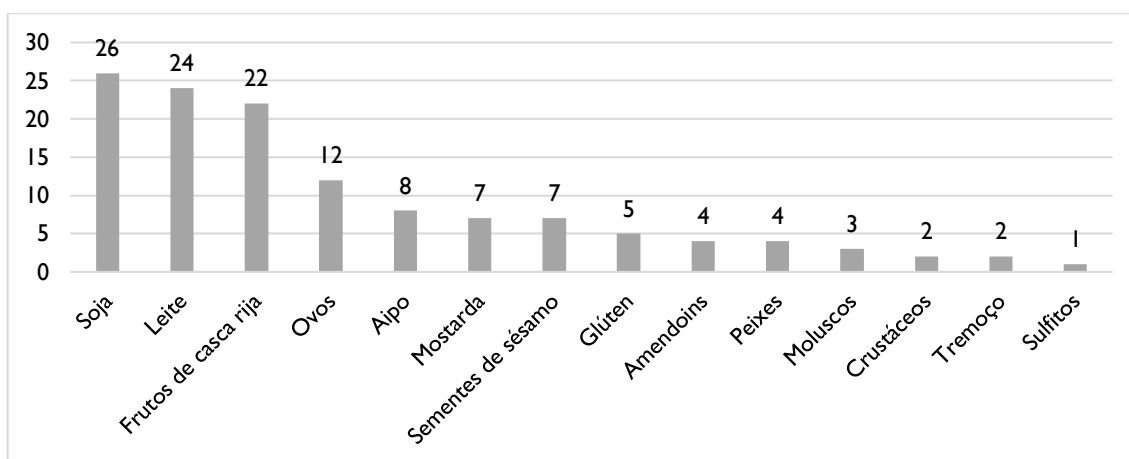


Figura 31. Frequência dos alergénios na PAL dos géneros alimentícios de Marca de Referência

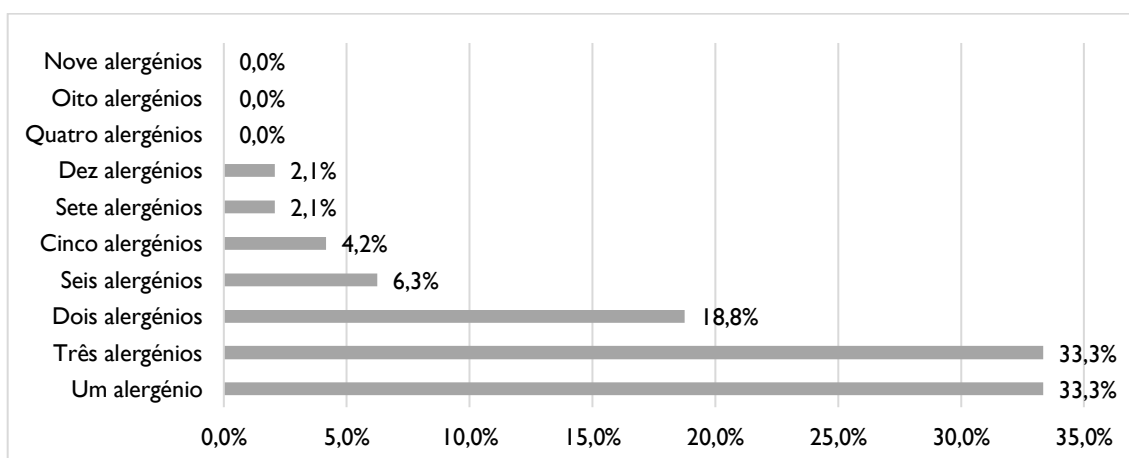


Figura 32. Percentagem do número de alergénios na PAL dos géneros alimentícios de Marca de Referência.

## DISCUSSÃO

Para a população com alergia alimentar é fundamental que a comunicação da presença de alergénios nos géneros alimentícios seja clara e não desencadeie dúvidas. O objetivo da informação relativa aos alergénios é o de proteger o indivíduo alérgico da exposição ao(s) alergénio(s) alimentar(es) e possibilitar uma melhor qualidade de vida e acesso a um maior leque de alimentos. A PAL surge como uma estratégia de comunicação de risco para alertar os consumidores da possibilidade de contaminação acidental de um género alimentício com um ou mais alergénios. De modo a perceber se a PAL pode ser relevante para a população alérgica a viver em Portugal analisou-se a frequência da sua utilização numa amostra de géneros alimentícios embalados disponíveis no mercado retalhista português. Para esse efeito e como já foi abordado anteriormente, foram analisados 653 géneros alimentícios, distribuídos por sete categorias distintas, no que à informação relativa a alergénios diz respeito, em particular a utilização de PAL. Observou-se que **54,36%** (n=355) dos produtos analisados apresentaram uma menção de PAL, na qual foram utilizadas dez formas diferentes de menção de PAL, das quais se salienta a expressão “*Pode conter vestígios de*” que estava presente em **89,30%** dos géneros alimentícios com PAL. Nos 355 géneros alimentícios com PAL, foram detetados os 14 alergénios descritos no Regulamento (UE) n.º 1169/2011, com maior frequência de “*Frutos de casca rija*” (n=180), “*Soja*” (n=156) e “*Leite*” (n=156) e com menor frequência “*Moluscos*” (n=22) e “*Tremoço*” (n=5) (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). No que diz respeito à frequência de PAL nas várias categorias, observou-se que a frequência de PAL foi superior na categoria 1. Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais (90,32%), seguindo-se a categoria 2. Snacks, salgados e pizzas (82,18%) e em terceiro lugar a categoria 7. Substitutos de carne e de produtos lácteos (71,05%).

De modo a abranger uma maior variedade de produtos, foram analisados géneros alimentícios de sete marcas: um género alimentício de marca própria de cada uma das seis cadeias retalhistas incluídas e um género alimentício de uma marca nacional/internacional, disponível na generalidade nas cadeias retalhistas supramencionadas, designada Marca de Referência. A frequência de PAL foi inferior nos produtos de Marca de Referência (**48,00%**) em relação à presente nos produtos de marca própria dos retalhistas (**55,52%**), variando nestes a frequência de PAL entre os **50,00%** e **61,54%**.

Em 2021 foi publicado um estudo (Blom et al., 2021) conduzido nos Países Baixos cujo objetivo consistiu em analisar o modo de comunicar a informação relativa a alergénios em géneros alimentícios, entre as quais constava a informação relativa a PAL. Neste estudo foram incluídos 301 géneros alimentícios distribuídos por sete categorias de alimentos: “*Bread*

*toppings*”, “*Fast foods*”, “*Breakfast products*”, “*Snacks*”, “*Soup products*”, “*Desserts*” e “*Dinner meal products*”. Os autores observaram que 52,10% dos géneros alimentícios analisados continham *PAL* e que a menção mais frequente, “*May contain traces of*”, estava presente em 76% dos produtos com *PAL*. Os resultados do presente estudo vão ao encontro dos verificados por Blom et al., (2021) tendo sido observado que 54,36% dos géneros alimentícios continham uma menção de *PAL*. Também no que respeita ao tipo de menção, os resultados do presente estudo são semelhantes ao trabalho supramencionado, com a menção de *PAL* mais frequente a ser “*Pode conter vestígios de*”, no caso em 89,3% dos géneros alimentícios com *PAL*.

O uso de *PAL* foi também objeto de análise num estudo realizado em França (Battisti et al., 2017). Neste estudo, com dados de uma amostra de 17.309 géneros alimentícios recolhidos entre 2008 e 2012 e integrados na base de dados Oqali (*Observatoire de la Qualité de l'Alimentation*) (Menard et al., 2011), os autores observaram que 39,00% da amostra apresentava uma menção de *PAL*. Neste trabalho os autores observaram que a *PAL* surgiu com maior frequência em “*Cereal bars*” (90,00%), “*Chocolate products*” (85,00%), “*Ice creams and sorbets*” (79,00%), “*Crackers*” (77,00%), “*Breakfast cereal*” (76,00%) e “*Cakes and biscuits*” (76,00%). Os alergénios que surgiram com maior frequência na *PAL* desta amostra foram os frutos de casca rijas (20,00%), ovo (14,00%), amendoim (13,00%), soja (12,00%) e leite (11,00%). Os autores deste trabalho consideraram quatro tipos de produtos: produtos de uma marca nacional, produtos cuja marca pertencia ao retalhista que os comercializa, produtos de preço mais reduzido e cuja marca também pertencia ao retalhista que os comercializa e produtos de preço reduzido vendidos em superfícies de descontos. Verificaram que 33,00% dos produtos de uma marca nacional apresentaram *PAL*, tal como 37,00% dos produtos cuja marca pertencia a retalhistas.

No que também respeita a estudos conduzidos no território europeu, salienta-se o estudo da *Food Standards Agency (FSA)* realizado no Reino Unido (Hirst, 2014) que analisou o uso de *PAL* (relativo aos alergénios leite, glúten, amendoins e avelãs) em 508 géneros alimentícios embalados e disponíveis no mercado do Reino Unido. Os autores do estudo observaram uma grande variedade de menções de *PAL* que enquadraram em sete categorias: “*Pode conter ou contém*”, “*Pode conter vestígios de*”, “*Fabricado na mesma linha ou equipamento*”, “*Fabricado nas mesmas instalações, mas em outro espaço*”, “*Pode conter um risco em algum local da cadeia de produção*”. À semelhança deste estudo em que os autores observaram que a menção identificada com mais frequência foi “*Pode conter vestígios de*”, o mesmo foi verificado no presente trabalho.

A frequência de *PAL* nos géneros alimentícios é uma questão que também se levanta em países fora da Europa. Por exemplo, Ontiveros et al., (2020) avaliaram as características da



informação relativa a alergénios em géneros alimentícios disponíveis no mercado retalhista de seis países da América Latina, nomeadamente México, El Salvador, Panamá, Colômbia, Equador e Argentina, entre as quais a PAL (Ontiveros et al., 2020). A amostra consistiu em 10.254 géneros alimentícios que foram distribuídos por doze grupos: “*Baked goods*”, “*Snacks*”, “*Confectionaries*”, “*Baby foods*”, “*Condiments and sauces*”, “*Jams and spreads*”, “*Beverages*”, “*Powders and pastes*”, “*Instant foods*”, “*Chilled and frozen foods*”, “*Canned foods*” e “*Packaged raw foods*”. Em 33,20% dos produtos analisados foi identificada informação relativa a PAL. As categorias em que a PAL foi identificada com maior frequência foram: “*Baked goods*” (58,82%), “*Confectionaries*” (55,37%) e “*Snacks*” (47,84%). No que respeita às menções de PAL, os tipos mais utilizados foram “*May contain traces of*” (35,01%), “*May contain*” (29,50%) e “*Made in plant that processes*” (7,70%). Foram identificados mais de trinta tipos de menção de PAL nos géneros alimentícios analisados, inclusive foram identificados produtos (0,90%) que continham mais de um tipo de menção de PAL em simultâneo. Neste estudo os alergénios indicados com maior frequência foram “Frutos de casca rijá” (45,50%), “Soja” (43,00%) e “Leite” (41,80%), sendo que os resultados do presente trabalho mostraram uma tendência semelhante ao nível da frequência dos alergénios (Ontiveros et al., 2020).

Um estudo realizado no Brasil (Cunha et al., 2020) teve como objetivo verificar o cumprimento da legislação relativa aos “*requisitos para rotulagem obrigatória dos principais alimentos que causam alergias alimentares*”, de acordo com a Resolução – RDC nº 26, de 2 de julho de 2015 (Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 26, de 2 de julho de 2015, 2015). Os autores incluíram informação de 379 géneros alimentícios e observaram que 31% apresentaram PAL. As categorias em que observaram maior frequência de PAL foram “*Flours*” (n=29), “*Bread*” (n=16) e “*Biscuits*” (n=15). Os alergénios mais frequentemente indicados na PAL foram “Cevada” (n=117), “Centeio” (n=69) e “Aveia” (n=69). De acordo com o Artigo 7.º do Resolução – RDC nº 26, de 2 de julho de 2015 “*Nos casos em que não for possível garantir a ausência de contaminação cruzada dos alimentos, ingredientes, aditivos alimentares ou coadjuvantes de tecnologia por alérgenos alimentares, deve constar no rótulo a declaração "Alérgicos: Pode conter (nomes comuns dos alimentos que causam alergias alimentares)"*.” Possivelmente por este motivo apenas foi reportada o tipo de PAL “*Pode conter*” (Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 26, de 2 de julho de 2015, 2015).

Em 2018 foi publicado um estudo levado a cabo no Malawi (Mfueni et al., 2018) cujo objetivo foi o de analisar a informação relativa a alergénios em géneros alimentícios disponíveis no mercado retalhista daquele país. A amostra incluiu 105 géneros alimentícios de duas categorias: “*Biscuits*” (n=100) e “*Baby foods*” (n=5), sendo que 74,00% dos produtos eram importados de África do Sul, Zâmbia, Zimbabwe, Índia, China e Europa. O autor reportou que

nenhum produto fabricado nacionalmente apresentava PAL, porém 38,70% e 20,00% dos géneros alimentícios importados, respetivamente da categoria “*Biscuits*” e “*Baby foods*”, apresentavam este tipo de menção (Mfueni et al., 2018).

Um outro estudo, neste caso levado a cabo na Malásia, (Soon, 2018) analisou 505 géneros alimentícios embalados à venda em diferentes regiões deste país. O autor observou que 29,30% dos produtos continha uma menção de PAL e observou também uma grande variedade de tipos de menção de PAL (22 versões), reportando como mais frequente a menção “*Pode conter vestígios de*” (55,41%). No presente estudo, à semelhança do estudo de (Soon, 2018) também se observou que a menção mais frequente foi a “*Pode conter vestígios de*”. Neste estudo os géneros alimentícios foram divididos em onze categorias, sendo que as que apresentaram mais frequência de uso de PAL foram a categoria “*Snacks*” (21,62%), “*Confectionary*” (19,59%) e “*Powder and paste*” (18,24%). Neste estudo, o “*Leite*” foi o alergénio mais frequentemente identificado na PAL (14,93%), seguido por “*Amendoim*” (14,71%) e “*Frutos de casca rijá*” (14,07%) (Soon, 2018).

Num estudo efetuado na Austrália (Zurzolo et al., 2013c), foi analisada uma amostra de 1355 produtos no que à presença/ausência de PAL dizia respeito. Foram considerados os seguintes alergénios: amendoins, frutos de casca rijá, ovos, leite, sementes de sésamo, crustáceos, peixes, trigo, soja e tremçoço. Os 1355 produtos foram distribuídos por doze categorias: “*Weet biscuits*”, “*Breakfast cereals*”, “*Savoury biscuits*”, “*Noodles/rice/ Asian foods*”, “*Pasta/pasta sauce/soups/canned meals*”, “*Prepared meals (including Indian meals, Mexican foods and side dishes)*”, “*Dinner bases (including batters and stocks)*”, “*Cake mixes (including cupcakes, cakes, muffins, cookies and pancakes)*”, “*Bakery products (including bread and breadcrumbs)*”, “*Baby food*” e “*Confectionery (including chewing gum), chocolate bars or blocks and desserts*”. Nesta amostra os autores reportaram que 882 produtos apresentavam PAL (65,00%). O tipo de menção de PAL utilizada com maior frequência foi “*Pode conter vestígios de*” (29,00%), seguida por “*Pode estar presente*” (12,70%). Os alergénios mais frequentemente listados na PAL da amostra foram “*Frutos de casca rijá*” (36,20%), “*Amendoins*” (34,10%), “*Sementes de sésamo*” (27,50%) e “*Ovos*” (22,60%) (Zurzolo et al., 2013c).

Antes disso, (Koplin et al., 2010) realizaram uma análise em 761 géneros alimentícios embalados não-refrigerados à venda num retalhista de Melbourne relativamente à presença de PAL relativa à presença de amendoins, frutos de casca rijá e ovos. As suas conclusões foram as seguintes: 50,00% da amostra (n=384) apresentava PAL relativo a frutos de casca rijá, 47,00% (n=348) a amendoins e 23,00% (n=146) relativo a ovos. Observaram ainda que a PAL relativa a amendoins e frutos de casca rijá estava presente com maior frequência em bolachas e

biscoitos, enquanto que os produtos de pastelaria apresentavam maior frequência de PAL relativa a ovos (Koplin et al., 2010).

Num estudo publicado nos Estados Unidos da América (Pieretti et al., 2009), os autores reportaram, numa amostra de 20.241 géneros alimentícios embalados disponíveis no mercado retalhista, que 17,00% dos produtos continha uma menção de precaução. No caso, as categorias com maior frequência de uso de PAL foram “*Chocolate candy*” (54,00%), “*Cookies*” (53,00%), “*Baking mixes*” (40,00%) e “*Pancake mixes*” (32,00%). No que respeita às expressões utilizadas na PAL, os autores agruparam os 25 tipos em três categorias: “*Pode conter*” (38,00%), “*Partilha equipamento*” (33,00%) e “*...na mesma fábrica*” (29,00%).

## CONCLUSÕES

Este estudo, que incluiu dados de 653 géneros alimentícios pré-embalados recolhidos em seis cadeias de superfícies comerciais de Portugal no período entre fevereiro e abril de 2022, permite uma visão global sobre a utilização da PAL nos géneros alimentícios disponíveis no mercado retalhista português, particularmente ao nível da frequência de utilização e do modo como esta é feita. Dado que a população que sofre de alergia alimentar tem impreterivelmente de evitar a ingestão dos alergénios que provocam reação e a PAL apresenta-se como um mecanismo de proteção destes indivíduos, estes dados relativos à frequência e ao modo de utilização da PAL pelos operadores do setor alimentar é essencial para garantir o zelo pela sua segurança.

Os resultados deste estudo mostram que 355 dos 653 géneros alimentícios incluídos continham uma menção de PAL a alertar da possibilidade da presença de um ou mais alergénios (54,36%), menção essa que se apresentou através de 10 formas diferentes, sendo a mais frequente a menção “*Pode conter vestígios de*”, presente em 89,3% dos produtos. Os alergénios que surgiram na PAL com maior frequência foram “Frutos de casca rijá” (n=180) e, de seguida e em número semelhante, “Soja” (n=156) e “Leite” (n=156), destacando que em mais de metade dos géneros alimentícios com PAL (67,3%) se observou a associação de dois ou mais alergénios nesta menção.

A utilização de PAL foi diferente nas sete categorias de géneros alimentícios estudados, quer ao nível da sua frequência quer ao nível dos alergénios em causa. A PAL foi utilizada com maior frequência nas categorias 1. Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais (n=84; 90,32%), 2. Snacks, salgados e pizzas (n=83; 82,18%) e com menor frequência nas categorias 4. Produtos lácteos (n=16; 18,39%) e 5. Recheios para pão” (n=22; 22,45%).

No que respeita à análise dos dados de acordo com as categorias de géneros alimentícios, destacam-se os produtos da categoria 2. Snacks, salgados e pizzas nos quais foram detetados os catorze alergénios nas menções de PAL., contrastando com os produtos da categoria 4. Produtos lácteos nos quais apenas se identificaram seis dos catorze alergénios enquadrados no Regulamento (UE) n.º 1169/2011 (Regulamento n.º 1169/2011, 2011). Em todas as categorias o tipo de menção de PAL identificado com maior frequência foi “*Pode conter vestígios de*”, porém em nenhuma categoria se verificou a utilização exclusiva deste tipo de menção sendo que em quatro das sete categorias se identificaram quatro tipos distintos de menções de PAL.

Nos produtos de três das seis marcas das cadeias retalhistas foi detetada apenas um tipo de menção de PAL, nomeadamente “*Pode conter vestígios de*”, o que pode sugerir alguma

preocupação na harmonização da utilização desta menção. Já no que se refere aos alergénios presentes na PAL dos produtos, verificou-se que em todas as marcas os três alergénios mais frequentes foram “Frutos de casca rija”, “Leite” e “Soja”, ainda que apresentando frequências variáveis de marca para marca.

Os resultados deste estudo vão ao encontro dos resultados de um estudo realizado nos Países Baixos em que os autores observaram que 52,10% dos géneros alimentícios incluídos na sua amostra continha PAL e que em 89,3% destes produtos esta apresentava-se através da menção “*May contain traces of*” (Blom *et al.*, 2021). No presente estudo os resultados apontaram para o alergénio “Frutos de casca rija” como o mais frequente na PAL dos géneros alimentícios analisados e este dado é consistente com os resultados de um estudo realizado em França em que os autores observaram que numa amostra de 17.309 géneros alimentícios este alergénio era o mais frequentemente identificado na PAL (Battisti *et al.*, 2017). Também se encontram semelhanças entre os resultados do presente trabalho e os de vários estudos anteriores no que respeita à grande variedade de tipos de menções de PAL, nomeadamente em estudos realizados no Reino Unido (Hirst, 2014), em países da América Latina (Ontiveros *et al.*, 2020) e na Malásia (Soon, 2018). Por fim, destacam-se os resultados do presente estudo ao nível da frequência de uso de PAL em marcas próprias das cadeias retalhistas (n=553; 55,52%) relativamente a produtos da Marca de Referência (n=100; 48,00%) que seguem a mesma tendência que os resultados do estudo de Battisti *et al.* (2017) em que os autores verificaram o uso de PAL em 37% dos produtos cuja marca pertencia a retalhistas e em 33 % dos produtos de marca nacional (Battisti *et al.*, 2017).

Importa, também, realçar que os dois objetivos que haviam sido propostos para esta Dissertação foram alcançados, nomeadamente: explorar a temática da PAL ao nível da legislação europeia e na de outras regiões do mundo e realizar uma pesquisa da frequência do uso deste tipo de menção numa amostra de géneros alimentícios pré-embalados de superfícies comerciais em Portugal. No que respeita ao segundo objetivo, apesar de a recolha da amostra ter sido realizada na região de Leiria, os géneros alimentícios disponíveis nas superfícies comerciais desta zona geográfica, atendendo às características das cadeias retalhistas incluídas, são semelhantes aos encontrados nas restantes superfícies comerciais do território nacional, podendo assim considerar-se que este trabalho reflete a realidade nacional.

A utilização da PAL na rotulagem dos géneros alimentícios pode ser entendida como benéfica quando se pensa no seu propósito original: facultar ao indivíduo alérgico a informação que este necessita para permitir realizar escolhas alimentares que vão ao encontro dos seus desejos e necessidades, mas que em simultâneo não coloquem a sua saúde em risco. Porém, se refletirmos sobre a elevada frequência de uso de PAL nos géneros alimentícios incluídos na

amostra deste trabalho, bem como o elevado número de expressões distintas que foram utilizadas neste âmbito, é possível equacionar se a *PAL* estará a cumprir o seu propósito ou se, por outro lado, estará a confundir e a limitar as escolhas alimentares dos indivíduos alérgicos. Sendo a evicção dos alergénios a melhor via de tratamento para estes indivíduos, torna-se imprescindível a utilização responsável de *PAL* por parte dos operadores do setor alimentar.

“*Last but not least*”, é possível concluir, ainda, que este estudo pode ser útil para a comunidade científica reforçando a necessidade de aperfeiçoar as estratégias de rotulagem de géneros alimentícios para proteção da população com alergia alimentar, bem como para as Associações de Defesa do Consumidor para melhor aconselhamento dos seus associados relativamente a esta temática.

Finalmente, e tendo em conta que, à data, a autora desconhece outros estudos conduzidos no território português sobre a *PAL*, os resultados demonstram a necessidade de uma eventual clarificação da legislação pelas Autoridades Portuguesas relativa a esta matéria, não só para esclarecimento dos operadores do setor alimentar, mas principalmente para a melhoria da qualidade de vida e a segurança da população com alergia alimentar em Portugal.

## BIBLIOGRAFIA

- AKIYAMA, H.; ADACHI, R. (2021) - Japanese Food Allergy-Labeling System and Comparison with the International Experience; Detection and Thresholds. "Food Safety". 9 (4) (2021) 101–116. doi: 10.14252/foodsafetyfscj.D-21-00008
- ALLEN, K. J. [et al.] (2014a) - Allergen reference doses for precautionary labeling (VITAL 2.0): Clinical implications. "Journal of Allergy and Clinical Immunology". 133(1) (2014) 156–164. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2013.06.042>
- ALLEN, K. J.; TAYLOR, S. L. (2018) - The Consequences of Precautionary Allergen Labeling: Safe Haven or Unjustifiable Burden? "The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice". 6(2) (2018) 400–407. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2017.12.025>
- ALLEN, K. J. [et al.] (2014b) - Precautionary labelling of foods for allergen content: Are we ready for a global framework? "World Allergy Organization Journal". 7(1) (2014) <https://doi.org/10.1186/1939-4551-7-10>
- ALLERGEN BUREAU (2019) - Summary of the 2019 VITAL Scientific Expert Panel Recommendations. [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em [https://vital.allergenbureau.net/wp-content/uploads/2021/03/VSEP-2019-Summary-Recommendations\\_FINAL\\_Sept2019.pdf](https://vital.allergenbureau.net/wp-content/uploads/2021/03/VSEP-2019-Summary-Recommendations_FINAL_Sept2019.pdf)
- ALLERGEN BUREAU (2021) – The Food Industry Guide to the VITAL Program Version 3.0. [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em [https://allergenbureau.net/wp-content/uploads/2021/04/Food\\_Industry\\_Guide\\_VITAL\\_Program\\_Version\\_April\\_2021\\_VF1.pdf](https://allergenbureau.net/wp-content/uploads/2021/04/Food_Industry_Guide_VITAL_Program_Version_April_2021_VF1.pdf)
- BATTISTI, C., [et al.] (2017) - Allergens labeling on French processed foods – an Oqali study. "Food Science and Nutrition", 5(4) (2017) 881–888. <https://doi.org/10.1002/fsn3.471>
- BEN-SHOSHAN, M.; TURNBULL, E.; CLARKE, A. (2012) - Food Allergy: Temporal Trends and Determinants. "Current Allergy and Asthma Reports", 12(4) (2012) 346–372. <https://doi.org/10.1007/s11882-012-0274-3>
- BLOM, W. M. [et al.] (2021) - Allergen labelling: Current practice and improvement from a communication perspective. "Clinical & Experimental Allergy", 51(4) (2021) 574–584. <https://doi.org/10.1111/cea.13830>

BLOM, W. M. [et al.] (2018) - Accidental food allergy reactions: Products and undeclared ingredients. "Journal of Allergy and Clinical Immunology". 142(3) (2018) 865–875. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2018.04.041>

BOYCE, J. A. [et al.] (2010) - Guidelines for the Diagnosis and Management of Food Allergy in the United States: Report of the NIAID-Sponsored Expert Panel. "The Journal of allergy and clinical immunology", 126(6) (2010) 1105–1118 <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2010.10.008>

CANADA GAZETTE PART II: VOL. 150 N.º 25 (14-12-2016) [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em <https://gazette.gc.ca/rp-pr/p2/2016/2016-12-14/html/sor-dors305-eng.html>

CARDONA, V. [et al.] (2020) - World Allergy Organization Anaphylaxis Guidance 2020. "World Allergy Organization Journal", 13(10) (2020) 100472. <https://doi.org/10.1016/j.waojou.2020.100472>

CHAFEN, J. J. [et al.] (2010) - Diagnosing and Managing Common Food Allergies: A Systematic Review. "JAMA". 303(18) (2010) 1848–1856. <https://doi.org/10.1001/jama.2010.582>

CÓDIGO ALIMENTARIO ARGENTINO CAPÍTULO V: NORMAS PARA LA ROTULACIÓN Y PUBLICIDAD DE LOS ALIMENTOS (09-2022) [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em <https://www.argentina.gob.ar/anmat/codigoalimentario>

CUNHA, M. L. [et al.] (2020) - Food allergen labeling: compliance with the mandatory legislation in Brazil. Food Science and Technology, 40(3) (2020) 698–704. <https://doi.org/10.1590/fst.16219>

DIAZ-AMIGO, C.; POPPING, B. (2018) - Food Allergens: A Regulatory/Labelling Overview Including the VITAL Approach. Germany: Encyclopedia of Food Chemistry, Elsevier, 2018. ISBN 978-0-12-814045-1

DUNNGALVIN, A. [et al.] (2019) - Understanding how consumers with food allergies make decisions based on precautionary labelling. Clinical & Experimental Allergy, 49(11) (2019) 1446–1454. <https://doi.org/10.1111/cea.13479>

FIOCCHI, A. [et al.] (2021) - Food labeling issues for severe food allergic patients. "World Allergy Organization Journal". 14(10) (2021) 100598. <https://doi.org/10.1016/j.waojou.2021.100598>

FOOD ALLERGY RESEARCH AND RESOURCE PROGRAM (2023) - The International Regulatory Chart. [Consultado a 1 Nov 2022] Disponível em <https://farrp.unl.edu/documents/Regulatory/International%20Allergens%201-4-23.pdf>



FOOD STANDARDS AUSTRALIA NEW ZEALAND (2022) Allergen labelling [Consultado a 4 Set 2022] Disponível em <https://www.foodstandards.gov.au/consumer/labelling/Pages/allergen-labelling.aspx>

FOODSTUFF, COSMETICS AND DISINFECTANTS ACT N.º54. Regulations relating to the labelling and advertising of foodstuffs (01-03-2010) p25-26 [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em [https://www.gov.za/sites/default/files/gcis\\_document/201409/32975146.pdf](https://www.gov.za/sites/default/files/gcis_document/201409/32975146.pdf)

GALLAGHER, M. [et al] (2012) - Strategies for living with the risk of anaphylaxis in adolescence: qualitative study of young people and their parents. "Primary Care Respiratory Journal". 21(4) (2012) 392–397. <https://doi.org/10.4104/pcrj.2012.00072>

GARGANO, D. [et al] (2021) - Food Allergy and Intolerance: A Narrative Review on Nutritional Concerns. "Nutrients". 13(5) (2021) 1638. <https://doi.org/10.3390/nu13051638>

GUPTA, R. [et al] (2020) - Understanding Precautionary Allergen Labeling (PAL) Preferences Among Food Allergy Stakeholders. "The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice". 9(1) (2020) 254-264. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2020.09.022>

HEFLE, S. L. [et al] (2007) - Consumer attitudes and risks associated with packaged foods having advisory labeling regarding the presence of peanuts. "The Journal of Allergy and Clinical Immunology". 120(1) (2007) 171–176. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2007.04.013>

HIRST, B. (2014) - Survey of allergen advisory labelling and allergen content of UK retail pre-packed processed foods. RSSL. Final Report FS241038 [Consultado a 1 Nov 2022] Disponível em <https://www.food.gov.uk/sites/default/files/media/document/survey-allergen-labelling-prepacked.pdf>

KHUDA, S. E. [et al] (2016a) - Survey of undeclared soy allergen levels in the most frequently recalled food categories with or without precautionary labelling. "Food Additives & Contaminants: Part A". 33(8) (2016) 1274–1282. <https://doi.org/10.1080/19440049.2016.1207809>

KHUDA, S. E. [et al] (2016b) - Survey of undeclared egg allergen levels in the most frequently recalled food types (including products bearing precautionary labelling). "Food Additives & Contaminants: Part A". 33(8) (2016) 1265-1273. <http://dx.doi.org/10.1080/19440049.2016.1198051>

KOPLIN, J. J., OSBORNE, N. J., ALLEN, K. J. (2010) - Prevalence of allergen avoidance advisory statements on packaged processed foods in a supermarket. "Medical Journal of Australia". 193(7) (2010) 426–427. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2010.tb03979.x>

LOPES, C. [et al] (2017) - Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016: Relatório de resultados. Universidade do Porto, 2017. ISBN: 978-989-746-181-1. Disponível em: [www.ian-af.up.pt](http://www.ian-af.up.pt).

LÓPEZ-CALLEJA, I. M. [et al] (2014a) - Survey of undeclared allergenic pistachio (*Pistacia vera*) in commercial foods by hydrolysis probe real-time PCR. "Food Control". 39 (2014) 49–55. <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2013.10.034>

LÓPEZ-CALLEJA, I. M. [et al] (2015a) - Development of real-time PCR assays to detect cashew (*Anacardium occidentale*) and macadamia (*Macadamia intergrifolia*) residues in market analysis of processed food products. "LWT - Food Science and Technology" 62(1) (2015) 233–241. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2015.01.023>

LÓPEZ-CALLEJA, I. M. [et al] (2015b) - Market analysis of food products for detection of allergenic walnut (*Juglans regia*) and pecan (*Carya illinoensis*) by real-time PCR. "Food Chemistry". 177 (2015) 111–119. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2015.01.017>

LÓPEZ-CALLEJA, I. M. [et al] (2015c) - Duplex real-time PCR method for the detection of sesame (*Sesamum indicum*) and flaxseed (*Linum usitatissimum*) DNA in processed food products. "Food Additives & Contaminants: Part A". 32(11) (2015) 1772–1785. <https://doi.org/10.1080/19440049.2015.1079650>

LÓPEZ-CALLEJA, I. M. [et al] (2014b) - Sensitive and specific detection of almond (*Prunus dulcis*) in commercial food products by real-time PCR. "LWT - Food Science and Technology", 56(1) (2014) 31–39. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2013.10.039>

MADSEN, C. B. [et al] (2020) - Can we define a level of protection for allergic consumers that everyone can accept? "Regulatory Toxicology and Pharmacology". 117 (2020) 104751. <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2020.104751>

MANNY, E. [et al] (2021) - Peanut and hazelnut occurrence as allergens in foodstuffs with precautionary allergen labeling in Canada. "Npj Science of Food". 5(11) (2021) 11. <https://doi.org/10.1038/s41538-021-00093-4>

MARCHISOTTO, M. J. [et al] (2016) - Food Allergen Labeling and Purchasing Habits in the United States and Canada. "The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice". 5(2) (2016) 345-351. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2016.09.020>

MEDINA, A. (2021) The Portuguese Food Retail Sector PO2021-0008, p. 8). United States Department of Agriculture [online]. Madrid. United States Department of Agriculture. [Consultado a 1 Nov 2022] Disponível em

[https://apps.fas.usda.gov/newgainapi/api/Report/DownloadReportByFileName?fileName=The %20Portuguese%20Food%20Retail%20Sector\\_Madrid\\_Portugal\\_03-11-2021](https://apps.fas.usda.gov/newgainapi/api/Report/DownloadReportByFileName?fileName=The%20Portuguese%20Food%20Retail%20Sector_Madrid_Portugal_03-11-2021)

MENARD, C. [et al] (2011) - OQALI: A French database on processed foods. "Journal of Food Composition and Analysis". 24(4-5) (2011) 744-749. <https://doi.org/10.1016/j.jfca.2010.09.001>

MFUENI, E. [et al] (2018) - Food allergen labeling in developing countries: Insights based on current allergen labeling practices in Malawi. "Food Control". 84 (2018) 263-267. <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2017.08.007>

NOIMARK, L., GARDNER, J., WARNER, J. O. (2009) - Parents' attitudes when purchasing products for children with nut allergy: A UK perspective. "Pediatric Allergy and Immunology" 20(5) (2009) 500-504. <https://doi.org/10.1111/j.1399-3038.2008.00796.x>

NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-051-SCFI/SSAI-2010 Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria (27-03-2020) [Consultado a 14 Jan 2023] Disponible em [https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM\\_051.pdf](https://www.dof.gob.mx/2020/SEECO/NOM_051.pdf)

NWARU, B. I. [et al] (2014) - The epidemiology of food allergy in Europe: A systematic review and meta-analysis. "Allergy: European Journal of Allergy and Clinical Immunology". 69(1) (2014) 62-75. <https://doi.org/10.1111/all.12305>

ONTIVEROS, N., [et al] (2020) - Characteristics of Allergen Labelling and Precautionary Allergen Labelling in Packaged Food Products Available in Latin America. "Nutrients". 12(9) (2020) 2698. <https://doi.org/10.3390/nu12092698>

ONYIMBA, F. [et al] (2021) - Food Allergies and Intolerances: A Clinical Approach to the Diagnosis and Management of Adverse Reactions to Food. "Clinical Gastroenterology and Hepatology". 19(11) (2021) 2230-2240 <https://doi.org/10.1016/j.cgh.2021.01.025>

PIRETTI, M. M. [et al] (2009) - Audit of manufactured products: Use of allergen advisory labels and identification of labeling ambiguities. "Journal of Allergy and Clinical Immunology". 124(2) (2009) 337-341. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2009.05.032>

PUBLIC ANNOUNCEMENT N.º 2016-45 by the Ministry of Food and Drug Safety (13-06-2016) 28-29 [Consultado a 14 Jan 2023] Disponible em <https://faolex.fao.org/docs/pdf/kor190513.pdf>

REGLAMENTO SANITARIO DE LOS ALIMENTOS DTO. N.º 977/96 (13-05-1997) p33 [Consultado a 14 Jan 2023] Disponible em <https://www.minsal.cl/reglamento-sanitario-de-los-alimentos/>

REGULAMENTO (UE) n.º 1169/2011. Jornal Oficial da União Europeia L 304/18 (22-11-2011) 18-63. [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:304:0018:0063:PT:PDF>

REMINGTON, B. C. [et al] (2015) - Unintended allergens in precautionary labelled and unlabelled products pose significant risks to UK allergic consumers. “Allergy: European Journal of Allergy and Clinical Immunology”. 70(7) (2015) 813–819. <https://doi.org/10.1111/all.12625>

RESOLUÇÃO – RDC N.º 26 DE 2 DE JULHO DE 2015. Diário Oficial da União n.º 125 (03-07-2015) 52-53 [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em <https://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=03/07/2015&jornal=1&pagina=52&totalArquivos=232>

SHETH, S. S. [et al] (2010) - Role of food labels in accidental exposures in food-allergic individuals in Canada. “Annals of Allergy, Asthma & Immunology”. 104(1) (2010) 60–65. <https://doi.org/10.1016/j.anai.2009.11.008>

SICHERER, S. H. (2011) - Epidemiology of food allergy. “Journal of Allergy and Clinical Immunology”, 127(3) (2011) 594–602. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2010.11.044>

SICHERER, S. H., SAMPSON, H. A. (2018) - Food allergy: A review and update on epidemiology, pathogenesis, diagnosis, prevention, and management. “Journal of Allergy and Clinical Immunology”. 141(1) (2018) 41–58. <https://doi.org/10.1016/j.jaci.2017.11.003>

SOON, J. M. (2018) - Food allergen labelling: “May contain” evidence from Malaysia. “Food Research International”. 108 (2018) 455–464. <https://doi.org/10.1016/j.foodres.2018.03.068>

TAYLOR, S. L. [et al] (2014) - Establishment of Reference Doses for residues of allergenic foods: Report of the VITAL Expert Panel. “Food and Chemical Toxicology”. 63 (2014) 9–17. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2013.10.032>

TURNER, P. J. [et al] (2016) - Knowledge, practice, and views on precautionary allergen labeling for the management of patients with IgE-mediated food allergy— a survey of Australasian and UK health care professionals. “Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice, 4(1) (2016) 165-167.e14. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2015.09.003>

TURNER, P. J.; SKYPALA, I. J.; FOX, A. T. (2014) - Advice provided by Health Professionals regarding precautionary allergen labelling. “Pediatric Allergy and Immunology”. 25(3) (2014) 290–292. <https://doi.org/10.1111/pai.12178>

TURNER, P. J., [et al] (2019) - Time to revisit the definition and clinical criteria for anaphylaxis? "World Allergy Organization Journal". 12(10) (2019) 100066. <https://doi.org/10.1016/j.waojou.2019.100066>

UNITED STATES FOOD AND DRUG ADMINISTRATION (2023), Food Allergies: Food Labels and Allergens [Consultado a 14 Jan 2023] Disponível em <https://www.fda.gov/food/food-labeling-nutrition/food-allergies>

WARREN, C. M. [et al] (2017). Food Allergy–Related Risk-Taking and Management Behaviors Among Adolescents and Young Adults. "The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice". 5(2), (2017) 381-390.e13. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2016.12.012>

WARREN, C. M.; JIANG, J.; GUPTA, R. S. (2020) - Epidemiology and Burden of Food Allergy. "Current Allergy and Asthma Reports". 20(2) (2020) 6. <https://doi.org/10.1007/s11882-020-0898-7>

YU, W.; FREELAND, D. M. H.; NADEAU, K. C. (2016) - Food allergy: immune mechanisms, diagnosis and immunotherapy. "Nature Reviews Immunology". 16(12) (2016) 751–765. <https://doi.org/10.1038/nri.2016.111>

ZURZOLO, G. A. [et al] (2018) - Anaphylaxis to packaged foods in Australasia. "Journal of Paediatrics and Child Health". 54(5) (2018) 551–555. <https://doi.org/10.1111/jpc.13823>

ZURZOLO, G. A. [et al] (2016) - Is advising food allergic patients to avoid food with precautionary allergen labelling out of date? "Current Opinion in Allergy and Clinical Immunology". 16(3) (2016) 272–277. <https://doi.org/10.1097/ACI.0000000000000262>

ZURZOLO, G. A. [et al] (2013a) - Perceptions of precautionary labelling among parents of children with food allergy and anaphylaxis. "The Medical Journal of Australia" 198(11) (2013) 621–623. <https://doi.org/10.5694/mja12.11669>

ZURZOLO, G. A. [et al] (2013b) - Foods with precautionary allergen labeling in Australia rarely contain detectable allergen. "The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice". 1(4) (2013) 401–403. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2013.03.002>

ZURZOLO, G. A. [et al] (2013c) - Precautionary allergen labelling following new labelling practice in Australia. "Journal of Paediatrics and Child Health". 49(4) (2013) E306–E310. <https://doi.org/10.1111/jpc.12138>

## ANEXO I

### Breve síntese da legislação consultada para a elaboração desta Dissertação

País	Regulamentação ao nível do uso de PAL
África do Sul	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL apenas quando, após serem adotadas e documentadas todas as práticas preventivas ao longo da cadeia de produção, ainda existir risco de contaminação cruzada (Foodstuff, Cosmetics and Disinfectants Act n.º54, 2010)
Argentina	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL garantindo a aplicação de Boas Práticas (Código Alimentario Argentino Capítulo V: Normas Para La Rotulación y Publicidad De Los Alimentos, 2022)
Austrália	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL nos casos em que exista uma possibilidade de ocorrer contaminação acidental durante o processamento, por exemplo através da expressão “ <i>Pode conter</i> ” (FOOD STANDARDS AUSTRALIA NEW ZEALAND, 2022)
Brasil	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL apenas através da expressão: “ <i>Alérgicos: pode conter [x]</i> ” (Resolução – RDC n.º26 de 2 de julho de 2015, 2015)
Canadá	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL, mas apenas através da seguinte expressão: “ <i>may contain [X]</i> ” (Canada Gazette Part II: Vol. 150 n.º 25, 2016)
Chile	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL, mas apenas através das seguintes expressões: “ <i>Puede contener...</i> ”, “ <i>Contiene pequeñas cantidades de ...</i> ”, “ <i>Contiene trazas de ...</i> ” o “ <i>Elaborado en líneas que también procesan</i> ” (Reglamento Sanitario de Los Alimentos DTO. N.º977/96, 1997)
Coreia do Sul	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL nos casos em que exista uma possibilidade inevitável de ocorrer contaminação (Public Announcement n.º 2016-45, 2016)
Estados Unidos da América	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL apenas quando, após serem adotadas todas as práticas preventivas ao longo da cadeia de produção, ainda existir risco de contaminação cruzada (United States Food and Drug Administration, 2023)
Japão	A legislação deste país proíbe a utilização de PAL sob a forma da menção “ <i>Pode conter [x]</i> ”, porém permite que seja feita menção, em local exterior às margens do rótulo do género alimentício, que pode ter existido contaminação não intencional em algum momento da linha de produção, por exemplo através da menção “ <i>Producido no mesmo equipamento que também utiliza x</i> ” (Akiyama et al., 2021).
México	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL, mas apenas através da seguinte expressão: “ <i>Puede contener...</i> ” com um tipo de letra destacada (Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010, 2020)
Suíça	Os operadores de empresas do setor alimentar podem utilizar PAL em casos que exista o risco de contaminação cruzada e apenas se o alérgénio estiver presente numa concentração superior à do limite definido (Madsen et al., 2020)

## ANEXO II

### Base de dados construída a partir da amostragem efetuada nos diferentes Retailistas

Categoria	Género Alimentício	Marca	Denominação Comercial	Alergénio(s)	PAL	Tipo de PAL	Alergénio(s) da PAL
<b>I. Cereais de pequeno-almoço e barras de cereais</b>	I.1 Flocos de aveia	Marca de Referência	Aveia Flocos Finos	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
		Retailista 1	Flocos de aveia integral finos biológicos	Glúten	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retailista 3	Flocos de aveia finos	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
		Retailista 4	Flocos de aveia integral finos	Aveia	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retailista 5	Flocos de aveia	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
		Retailista 6	Flocos de aveia	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
	I.2 Flocos de milho	Marca de Referência	Flocos crocantes de milho dourado	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter	Amendoins e frutos de casca rija
		Retailista 1	Flocos de milho tostados	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retailista 2	Flocos de milho tostados, enriquecidos com 8 vitaminas e ferro	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e glúten
		Retailista 3	Flocos de milho	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retailista 4	Flocos de milho tostados	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retailista 5	Flocos de milho tostados	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	I.3 Flocos de trigo	Retailista 6	Flocos de milho tostados	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Marca de Referência	Cereais de trigo e milho torrados com chocolate	Glúten	Sim	Pode conter	Amendoins, frutos de casca rija e leite
		Retailista 1	Flocos de arroz e trigo integral	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoim e frutos de casca rija
		Retailista 2	Flocos de arroz e trigo integral, enriquecidos com vitaminas B1, B2, niacina, B5, B6, biotina, B9, B12 e ferro	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retailista 3	Flocos de arroz e trigo integral, enriquecidos com vitaminas B1, B2, Niacina, B5, B6, Biotina, B9, B12 e ferro	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retailista 4	Cereais de flocos de arroz, trigo integral e cevada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e leite
		Retailista 5	Flocos de trigo	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija







				Flocos de trigo integral com mistura de frutos (27,5%) com alto teor em vitaminas e ferro	Frutos de casca rija, glúten e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, leite, sementes de sésamo e soja
		Retalhista 3		Mistura de cereais integrais (flocos laminados de aveia, trigo e centeio) com frutos de desidratados, sementes, flocos de milho tostados e avelãs	Frutos de casca rija e glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, leite, sementes de sésamo e soja
		Retalhista 4		Cereais crocantes de aveia e arroz com frutos secos	Glúten e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e leite
		Retalhista 5		Muesli com 27% frutos desidratados	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, glúten, leite e soja
		Marca de Referência		Barras de cereais de trigo e aveia integrais	Glúten	Sim	Pode conter	Frutos de casca rija, leite e soja
	I.10 Barra cereais simples	Retalhista 1		Barra de cereais	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 2		Barra de cereais com canela, cobertura de leite, vitaminas, ferro e cálcio	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter	Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 3		Barras de cereais	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 6		Barritas de cereais com avelãs	Frutos de casca rija, glúten e sementes de sésamo	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, leite e soja
		Marca de Referência		Barras de cereais com chocolate.	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter	Frutos de casca rija
		Retalhista 1		Barras de cereais de flocos de trigo com chocolate	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e sulfítos
	I.11 Barra cereais chocolate	Retalhista 2		Barras de Flocos de Trigo (15%) e Arroz com Chocolate Negro (12%)	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, ovos e sulfítos
		Retalhista 3		Barras de cereais com pedaços de chocolate negro	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 4		Barras de cereais com chocolate preto	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins e frutos de casca rija
		Retalhista 5		Barritas de cereais com chocolate negro	Glúten e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e leite
		Retalhista 6		Barra de cereais com chocolate de leite	Amendoins, glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
		Marca de Referência		Barra de flocos de trigo integrais e cereais, com sabor a morango, com pedaços de arandos vermelhos e maça e uma suave base com sabor a baunilha.	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	I.12 Barra cereais com fruta	Retalhista 1		Barra à base de flocos de arroz e trigo integral com arandos vermelhos	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 2		Barras de Flocos de Trigo (15%) e arroz com Frutos Vermelhos (9%)	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, ovos e sulfítos
		Retalhista 3		Barras de cereais com arandos	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 4		Barras de cereais com frutos vermelhos e chocolate branco	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins e frutos de casca rija

	Retalhista 5	Barritas de cereais com maçã-verde, aromatizadas	Glúten, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e leite
	Retalhista 6	Barras de cereais com maçã desidratada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, leite, sementes de sésamo, soja e sulfitos
	Marca de Referência	Alimento de farinha de Arroz	Glúten	Sim	Pode conter	Leite
1.13 Flocos de cereais com mel	Retalhista 1	Flocos de cereais com mel	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 2	Flocos de trigo com mel (6%) enriquecido com 12 vitaminas e minerais	Glúten	Sim	Poderá conter vestígios de	Leite
	Retalhista 3	Flocos de cereais com mel	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 4	Flocos de trigo com mel (6%), vitaminas, cálcio e ferro	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 5	Flocos de cereais com mel	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
1.14 Flocos de arroz	Marca de Referência	Nestum. Arroz sem glúten.	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter	Leite
1.15 Farinha láctea	Marca de Referência	Alimento à base de cereais	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Alimento transformado à base de cereais para lactentes e crianças pequenas. Farinha infantil à base de cereais com leite em pó	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Alimento à base de cereais	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Alimento à base de cereais para lactentes e crianças de pouca idade	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Farinha láctea com vitaminas, cálcio e ferro	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
2.1 Batata frita palha	Retalhista 5	Alimento à base de cereais Farinha Láctea	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Batatas-fritas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Batatas fritas palha fina	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 2	Batatas fritas palha fina com sal	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 3	Batatas fritas palha larga	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, mostarda e soja
2.2 Batata frita lisa	Retalhista 4	Batatas fritas palha	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 5	Batatas fritas palha	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 6	Batata frita palha	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Marca de Referência	Batatas fritas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	<b>2. Snacks, salgados e pizzas</b>					

	Retalhista 1	Batatas fritas lisas	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 2	Batatas fritas lisas receita rústica	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 3	Batatas fritas lisas	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 4	Batatas fritas clássicas	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite, mostarda e soja
	Retalhista 5	Batatas fritas lisas	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Retalhista 6	Batata frita lisa	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e soja
	Marca de Referência	Snack de milho frito com sal	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter	Soja
	Retalhista 1	Aperitivo de milho frito com sal	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 2	Aperitivo de milho com sal	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten, leite e soja
	Retalhista 3	Aperitivo de milho frito salgado	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 4	Aperitivo de milho frito com sabor a barbecue	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 5	Aperitivo frito de milho com sabor a churrasco	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 6	Aperitivo frito	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten, leite e soja
	Marca de Referência	Pipocas para micro-ondas com açúcar e edulcorantes	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Pipocas doces para preparação no micro-ondas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Pipocas doces para micro-ondas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Pipocas com açúcar para micro-ondas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Pipocas doces para micro-ondas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Milho para micro-ondas sabor de manteiga	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Pipocas doces	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Biscotinhos salgados	Glúten e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
	Retalhista 1	Bolachas salgadas	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Sementes de sésamo e soja
	Retalhista 2	Bolachas salgadas	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 4	Bolachas salgadas	Glúten e sulfito	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
	Retalhista 6	Bolacha salgada	Glúten e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
2.3 Salgados de milho						
2.4 Pipocas doces						
2.5 Bolachas salgadas						

	Marca de Referência	6 empadas de galinha	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
2.6 Empadas de frango	Retalhista 2	Empadas de galinha (29%) pré-cozinhas ultracongeladas	Glúten, leite, ovos e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, moluscos, mostarda, peixes e sementes de sésamo
	Retalhista 3	Empadas de galinha	Glúten, ovos, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, leite, moluscos, mostarda, peixes e sementes de sésamo
	Retalhista 5	6 empadas de frango pré-cozinhas e ultracongeladas	Aipo, glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, frutos de casca rija, moluscos, mostarda, ovos e peixes
	Retalhista 6	Empadas de frango. Produto ultracongelado	Glúten, leite, ovos e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten, mostarda, peixes e sementes de sésamo
	Marca de Referência	Croquetes de carne	Glúten, ovos e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo e mostarda
	Retalhista 1	Croquetes de carne, pré-fritos	Glúten, leite, soja e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
2.7 Croquetes de carne congelados	Retalhista 2	Croquetes de carne de bovino (20%) pré-cozinhas pré-fritos e ultracongelados	Glúten, ovos, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, leite, moluscos, mostarda, peixes e sementes de sésamo
	Retalhista 3	10 croquetes de carne	Glúten, leite, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, moluscos, mostarda, ovos, peixes, sementes de sésamo e tremoço.
	Retalhista 4	Croquetes de carne ultracongelados 12 unidades	Glúten, leite, ovos, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, moluscos, mostarda, peixes e sementes de sésamo
	Retalhista 5	Croquetes de carne ultracongelados 12 unidades	Glúten e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, leite, moluscos, peixes e soja
	Retalhista 6	Croquetes de carne. Produto ultracongelado.	Glúten, ovos e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, leite, moluscos, mostarda e peixes
	Marca de Referência	Rissóis de camarão	Crustáceos, glúten, leite, ovos, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, frutos de casca rija, moluscos, mostarda, peixes, sementes de sésamo e tremoço
2.8 Rissóis de camarão congelados	Retalhista 1	Rissóis de camarão.	Crustáceos, glúten, leite, marisco, soja e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Rissóis de camarão (12%) pré-cozinhas pré-fritos e ultracongelados	Crustáceos, glúten, leite, marisco, moluscos, mostarda, peixes, soja, sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
	Retalhista 3	8 Rissóis de camarão	Crustáceos, glúten, leite, moluscos, ovos, peixes, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo

		Retalhista 4	Rissóis de camarão ultracongelados	Crustáceos, glúten, leite, molusco, mostarda, ovos, peixes e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 5	10 rissóis de camarão	Crustáceos, glúten, leite, marisco, mostarda e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, moluscos, peixes e soja
		Retalhista 6	Rissóis de camarão. Produto Ultracongelado.	Glúten, marisco e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, leite, mostarda, peixes e soja
		Marca de Referência	Bolinho de bacalhau	Ovos, peixes e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, frutos de casca rija, glúten, leite, moluscos, mostarda, sementes de sésamo, soja e tremoço
		Retalhista 1	Pastéis de bacalhau pré-fritos.	Ovos, peixes e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	Pastéis de bacalhau (35%) pré-cozinhados ultracongelados	Ovos, peixes e sulfitos	Sim	Pode conter	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, glúten, leite, moluscos, mostarda, sementes de sésamo e soja
	2.9 Pastéis de bacalhau congelados	Retalhista 3	12 Pastéis de bacalhau	Sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 4	Bolinhos de bacalhau ultracongelados	Bacalhau, metabissulfito, ovo	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, glúten, leite, moluscos, mostarda, sementes de sésamo e soja
		Retalhista 5	10 Pastéis de bacalhau ultracongelado	Ovos, peixes e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo
		Retalhista 6	12 Pastéis de bacalhau. Produto ultracongelado.	Ovos e peixes	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, moluscos, mostarda e soja
		Marca de Referência	Pizza 4 queijos	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, Peixes e soja
		Retalhista 1	Pizza 4 queijos	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes, soja e sulfitos
	2.10 Pizza 4 queijos refrigerada	Retalhista 2	Pizza com queijo mozzarella de vaca (24%) e fiambre (20%) pré-cozinhada e refrigerada	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	Pizza com queijo mozzarella, queijo emental, queijo gouda, queijo curado e queijo viejo	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Peixe
		Retalhista 4	Pizza fresca com mozzarella	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo
		Retalhista 5	Pizza 4 queijos	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes e soja
		Retalhista 6	Pizza quatro queijos	Glúten e trigo	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes e soja
		Marca de Referência	Pizza com carne de suíno condimentada (15%) e queijo mozzarella (10%)	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes e soja
	2.11 Pizza fiambre e queijo refrigerada	Retalhista 1	Pizza com queijo mozzarella e fiambre	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes, soja e sulfitos

	Retalhista 2	Pizza com queijo e mozzarella de vaca (24%) e fiambre (20%) pré-cozinhada e refrigerada	Glúten, leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Pizza com queijo mozzarella e fiambre	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos e peixes
	Retalhista 4	Pizza fresca com fiambre	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo
	Retalhista 5	Pizza fiambre e queijo	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes e soja
	Retalhista 6	Pizza fiambre e queijo	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos, peixes e soja
	Marca de Referência	Massa folhada retangular	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 1	Massa folhada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 2	Massa folhada refrigerada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 3	Massa folhada pronta a estender, refrigerada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 4	Massa folhada	Glúten	Sim	Poderá conter vestígios de	Leite
	Retalhista 5	Massa folhada enrolada ultracongelada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, leite, moluscos, mostarda, peixes, soja e sulfitos
	Retalhista 6	Massa folhada fresca, pronta a cozinhar, em papel vegetal	Glúten	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Massa quebrada	Sem alérgico(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Massa quebrada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 2	Massa quebrada refrigerada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e ovos
	Retalhista 3	Massa quebrada pronta a estender	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 4	Massa quebrada	Glúten	Sim	Poderá conter vestígios de	Leite
	Retalhista 5	Massa quebrada para estender	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 6	Massa quebrada pronta a desenrolar	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Marca de Referência	Massa para pizza 5,8% de azeite	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 1	Massa para pizza	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 2	Massa para Pizza refrigerada	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 3	Massa para pizza pronta a estender	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 4	Massa para pizza com azeite (5,8%) pronta a estender	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Leite

3. Doces, bolos e bolachas	2.15 Massa recheada queijo refrigerada	Retalhista 5	Massa fina para pizza pronta a estender	Glúten					Sim	Pode conter vestígios de	Leite			
		Retalhista 6	Massa fresca para pizza com 1.7% azeite virgem extra	Glúten					Sim	Pode conter vestígios de	Leite			
		Marca de Referência	Massa fresca com ovo com recheio de queijos	Glúten, leite e ovos						Sim	Produzido numa fábrica que também usa	Aipo, crustáceos, frutos de casca rija, moluscos, peixes e soja		
		Retalhista 1	Tortelloni com queijo: massa fresca com ovo e recheio de queijos	Glúten e leite					Sim	Pode conter vestígios de	Soja			
		Retalhista 2	Massa fresca de sêmola de trigo duro com ovo, recheada com queijo ricotta e espinafres, pasteurizada e refrigerada	Glúten, leite e ovos					Sim	Pode conter vestígios de	Soja			
		Retalhista 3	Massa fresca com ovo e recheio de queijo pasteurizada e refrigerada	Glúten, leite e ovos					Sim	Pode conter vestígios de	Soja			
	3.1 Doce de morango	Retalhista 4	Tortelloni Ricotta-Espinafre	Glúten, leite e ovos					Não	Sem PAL	Sem PAL			
		Retalhista 5	Massa com farinha de trigo-mole e sêmola de trigo-furo com ovos, recheada com queijos	Glúten, leite e ovos					Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, frutos de casca rija, moluscos e peixes			
		Retalhista 6	Massa alimentícia fresca com ovo, recheada com queijos	Glúten, leite e ovos					Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, frutos de casca rija, moluscos, mostarda, peixes e soja			
		Marca de Referência	Doce extra de morangos selecionados	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL		
		Retalhista 1	Doce extra de morango	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL		
		Retalhista 2	Doce extra de morango	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL		
3.2 Marmelada	Retalhista 3	Doce extra de morango	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 4	Doce extra de morango	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 5	Doce extra de morango	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 6	Doce extra de morango	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Marca de Referência	Marmelada extra	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 1	Marmelada extra	Sulfitos					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
3.3 Caramelos de fruta	Retalhista 2	Marmelada extra	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 3	Marmelada extra	Sulfitos					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 4	Marmelada extra	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 5	Marmelada extra	Sulfitos					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 6	Marmelada extra	Sem alergénio(s)					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Marca de Referência	Caramelos de fruta com sabores sortidos	Soja					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 1	Caramelos com sabor a fruta	Soja					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			
	Retalhista 2	Caramelos com sabor a fruta	Soja					Não	Sem PAL	Sem PAL	Sem PAL			



3.4 Tablete chocolate de leite	Retalhista 3	Caramelos & Rebuçados	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL						Sem PAL	
	Retalhista 4	Caramelos de fruta com sabor a morango, laranja, limão e framboesa	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL						Sem PAL	
	Retalhista 5	Caramelos de sabor a frutas	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL						Sem PAL	
	Retalhista 6	Sortido de rebuçados de fruta	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL						Sem PAL	
	Marca de Referência	Chocolate de leite	Leite	Sim	Pode conter								Frutos de casca rija
	Retalhista 1	Chocolate de leite	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Amendoins, frutos de casca rija e glúten
3.5 Gelado	Retalhista 2	Chocolate de leite	Frutos de casca rija, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija
	Retalhista 3	Chocolate de leite	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija
	Retalhista 4	Chocolate de nata	Leite e soja	Sim	Pode também conter vestígios de								Amendoins e frutos de casca rija
	Retalhista 5	Chocolate de leite dos alpes extrafino	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e glúten
	Retalhista 6	Chocolate de leite	Leite	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija, glúten e ovos
	Marca de Referência	Gelado de morango com pedaços de morango (9%)	Leite	Sim	Pode conter								Frutos de casca rija, ovos e soja
3.6 Tarte gelada de baunilha e chocolate	Retalhista 1	Gelado de morango com pedaços de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL							
	Retalhista 2	Gelado de nata com morango (6.5%)	Leite	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e ovos
	Retalhista 3	Gelado morango com preparado de pedaços de morango (9.4%)	Leite	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 4	Gelado com sabor a baunilha (33.4%), gelado com sabor a morango (33.3%) e gelado com sabor a chocolate (33.3%)	Leite	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija
	Retalhista 5	Gelado com sabor a baunilha e morango	Leite	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija, glúten e ovos
	Retalhista 6	Gelado de morango com 1% preparado de morango	Leite	Sim	Pode conter vestígios de								Amendoins, frutos de casca rija, glúten e soja
	Marca de Referência	Gelado aromatizado a baunilha e cobertura aromatizada de chocolate (11%)	Leite	Sim	Pode conter								Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 1	Gelado com sabor a baunilha e camadas com sabor a chocolate	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e ovos
	Retalhista 3	Gelado sabor a baunilha com camadas com sabor a chocolate (13%)	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e ovos
	Retalhista 4	Gelado com sabor a nata com cobertura de cacau magro	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e ovos
	Retalhista 5	Gelado de sabor a nata com cobertura de cacau	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija e ovos
	Retalhista 6	Gelado de baunilha-Bourbon com 11% cobertura de cacau	Leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de								Frutos de casca rija

3.7 Gelatina pronta refrigerada	Marca de Referência	Sobremesa aquosa com gelatina sabor a morango	Não	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Gelatina com aroma a morango	Não	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Sobremesa aquosa com sumo de morango reconstruído (4%), gelatina (1.6%) e fibra (1.2%)	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 3	Sobremesa pasteurizada gelificada com sabor a morango	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Sobremesa gelificada refrigerada	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Gelatina com aroma a morango	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
3.8 Pudim de ovo	Retalhista 6	Gelatina com sabor a morango	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Sobremesa láctea. Pudim flan aromatizado com sabor a baunilha.	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Pudim à base de leite e ovo	Leite e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Sobremesa láctea com sabor a baunilha e molho de caramelo (6%)	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Sobremesa láctea aromatizada de baunilha e com cobertura de caramelo, enriquecida e vitamina D	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Sobremesa láctea de sabor a baunilha com molho de caramelo	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
3.9 Madalenas	Retalhista 5	Sobremesa láctea de sabor a baunilha, com cobertura de caramelo	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Sobremesa láctea com ovos e açúcar caramelizado	Leite e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Madalenas sabor laranja	Glúten e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
	Retalhista 1	Madalenas com recheio de cacau	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
	Retalhista 4	Madalenas	Glúten e ovo	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, leite e soja
	Retalhista 5	Madalenas com pepitas de chocolates	Glúten e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e leite
3.10 Bolacha tipo Maria	Retalhista 6	Madalenas quadradas	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Marca de Referência	Bolacha Maria	Glúten e sulfitos	Sim	Pode conter	Leite, ovos e soja
	Retalhista 1	Bolacha Maria	Glúten, leite, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, ovos e sementes de sésamo
	Retalhista 2	Bolacha Maria	Glúten, leite e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Sementes de sésamo
Retalhista 3	Bolacha Maria	Glúten, leite, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, ovos e sementes de sésamo	
Retalhista 4	Bolacha Maria	Glúten, leite, soja e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Sementes de sésamo	

	Retalhista 5	Bolachas Maria	Glúten, leite, soja e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Sementes de sésamo
	Retalhista 6	Bolacha Maria em saquetas individuais	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, ovos e sementes de sésamo
	Marca de Referência	Bolachas Cream Cracker	Glúten e sulfítos	Sim	Pode conter	Leite, ovos e soja
	Retalhista 1	Bolachas Crackers	Glúten e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite, ovos e soja
	Retalhista 2	Cream cracker	Glúten e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite, ovos e soja
	Retalhista 3	Bolachas cream crackers	Glúten e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e ovos
	Retalhista 4	Bolacha de água e sal	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos e sementes de sésamo
	Retalhista 5	Cream cracker	Glúten e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite, ovos e soja
	Retalhista 6	Bolachas de água e sal	Glúten, soja e sulfítos	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoim, frutos de casca rija, leite, ovos e sementes de sésamo
	Marca de Referência	Bolacha coberta com chocolate de leite	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos e soja
	Retalhista 1	Bolacha com cobertura de chocolate de leite	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Bolacha com cobertura de chocolate de leite (39%)	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Bolacha coberta de chocolate de leite	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Bolacha com cobertura de chocolate branco	Leite, soja, trigo, soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Bolacha com cobertura de chocolate de leite (39%)	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Bolachas cobertas com chocolate de leite	Glúten, leite e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Bolacha recheada com creme sabor chocolate	Glúten, leite, soja e sulfítos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Bolacha com recheio de sabor a chocolate	Glúten, leite, soja e sulfítos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Bolacha recheada com creme sabor a chocolate (42%)	Glúten, leite, soja e sulfítos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Bolacha com recheio sabor chocolate	Glúten, leite, soja e sulfítos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Bolachas recheadas com creme de cacau (46%)	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e glúten
	Retalhista 5	Bolachas recheadas com creme de sabor a chocolate	Glúten, leite, soja e sulfítos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Bolachas com 46% de recheio de creme com sabor a chocolate	Glúten, leite, soja e sulfítos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Bolacha digestiva com aveia	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, ovos, sementes de sésamo, soja e sulfítos

		Retalhista 1	Bolachas de trigo	Glúten		Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
		Retalhista 2	Bolacha de aveia (43,5%) e farinha de trigo integral	Glúten		Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
		Retalhista 3	Bolacha com Flocos de aveia	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, ovos, sementes de sésamo, soja e sulfitos
		Retalhista 4	Bolachas de trigo	Glúten		Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
		Retalhista 5	Bolacha integral com aveia e trigo	Glúten		Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
		Retalhista 6	Bolachas de trigo	Glúten		Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja
3.15 Bolachas de pequeno-almoço	Marca de Referência	Bolachas de cereais com leite e enriquecida com ferro, cálcio e magnésio	Glúten, leite e soja		Sim	Pode conter	Frutos de casca rija, ovos e sementes de sésamo	
	Retalhista 1	Bolachas de cereais e leite	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, ovos, soja e sulfitos	
	Retalhista 2	Bolachas de cereais (76%) com leite e enriquecida com vitaminas	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Soja	
	Retalhista 3	Bolachas com cereais (69,7%) aromatizadas enriquecidas com vitamina B5 e ferro	Glúten, leite e ovos		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e soja	
	Retalhista 5	Bolachas para pequeno-almoço com pepitas de leite e chocolate	Glúten, leite, e soja		Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e ovos	
	Retalhista 6	Bolachas de cereais com recheio de creme com sabor a iogurte	Glúten, leite e ovos		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins e frutos de casca rija	
4.1 Iogurte meio gordo aroma	Marca de Referência	Iogurte meio-gordo aromatizado com sabor a morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 1	Iogurte meio-gordo aromatizado de morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 2	Iogurte aromatizado morango meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 3	Iogurte açucarado de morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 4	Iogurte meio-gordo aromatizado com sabor a morango, limão, banana e tutti-frutti	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 5	Iogurte sólido com aroma morango meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
4.2 Iogurte meio gordo pedaços	Retalhista 6	Iogurte meio-gordo com 15% de preparado de frutos (1,8% M.G. no leite)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 1	Iogurte meio gordo batido com pedaços de morango	Leite		Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e glúten	
	Retalhista 2	Iogurte com pedaços morango (9%) batido meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 3	Iogurte batido açucarado com pedaços de morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
	Retalhista 4	Iogurte com frutas	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL	
Retalhista 5	Iogurte batido com pedaços de amora, morango e framboesa - meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL		
<b>4. Produtos lácteos</b>								

		Retalhista 6	logurte com 24% de preparado de frutos (3.5% M.G. no leite)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	logurte natural 2.9% de matéria gorda	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	logurte natural meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	logurte natural meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	logurte natural	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	logurte natural	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	logurte sólido natural meio gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	logurte líquido com polpa de morango	Leite		Sim	Pode conter	Glúten
		Retalhista 1	logurte líquido meio gordo aromatizado com polpa de morango	Leite		Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
		Retalhista 2	logurte com sumo e polpa de morango (5.2%)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	logurte líquido meio-gordo com polme de morango	Leite		Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
		Retalhista 4	logurte líquido açucarado com sabor a morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	logurte líquido aromatizado morango meio-gordo	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	logurte líquido açucarado com polme de morango (1.2% de m.g. láctea)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Queijo fresco com aroma a morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	Queijo fresco pouco gordo açucarado sabor morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	Queijo fresco meio gordo (85%) açucarado com puré de fruta (5%)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	Queijo fresco açucarado com polme de morango 2% de matéria gorda, rico em cálcio e fonte de vitamina D	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	logurte líquido meio-gordo aromatizado com morango e banana	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Queijo fresco açucarado com morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Preparado de queijo fresco com sabor a morango	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	logurte sabor baunilha e cereais torrados com cereais	Glúten e leite		Sim	Pode conter	Frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
		Retalhista 1	logurte açucarado batido e cereais de trigo com cacau	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
		Retalhista 2	logurte natural açucarado (93.7%) e cereais de trigo com cacau (6.3%)	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
		Retalhista 3	logurte batido natural açucarado e cereais de trigo com cacau enriquecido com cálcio	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, sementes de sésamo e soja
	4.3 logurte natural meio gordo							
	4.4 logurte meio gordo líquido aroma							
	4.5 logurte infantil							
	4.6 logurte infantil com flocos de chocolate							

Retalhista	Descrição do produto	logurte, leite, trigo, soja	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija e ovos
Retalhista 4	logurte com sabor a baunilha, com 10% uma porção separada de cereais com cobertura de chocolate 48% de chocolate de leite, 30% de chocolate branco, 3,8% de gordura na parte láctea com cobertura de chocolate de leite	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e sementes de sésamo
Retalhista 5	logurte açucarado de sabor a baunilha e cereais sob a forma de urso com 49% cobertura de chocolate de leite (3,8% m.g. no leite)	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e sementes de sésamo
Retalhista 6	logurte magro aromatizado com sabor a morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Marca de Referência	logurte magro aromatizado de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 1	logurte aromatizado com morango magro	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 2	logurte magro aromatizado de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 3	logurte sólido com aroma morango magro	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 5	logurte magro batido aromatizado com morango	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e glúten
Retalhista 1	logurte batido magro com pedaços de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 3	logurte com pedaços de morango (9.6%) e fibras (3%) batido magro	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 2	logurte batido magro com pedaços de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 4	Leite fermentado magro com 20% preparado de fruta	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 6	logurte magro aromatizado com sabor a morango	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
Marca de Referência	logurte aromatizado líquido magro com sabor	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 1	logurte aroma morango líquido magro	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
Retalhista 2	logurte líquido magro com polme de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 3	logurte líquido com fibras e polpa de morango	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
Retalhista 4	logurte líquido com polpa e sumo de morango	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 5	logurte líquido magro natural	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 6	Leite fermentado batido com maçã e cereais	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e glúten
Marca de Referência	Leite fermentado líquido meio-gordo com cereais de trigo integrais	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 1	Leite fermentado com cereais (0.7%) líquido meio gordo	Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
Retalhista 2	Leite fermentado magro com cereais e bifidus	Glúten e leite	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e glúten
Retalhista 4					

		Retalhista 5	Leite fermentado magro com muesli e fibra		Frutos de casca rija, glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Leite fermentado açucarado inteiro com cereais, fibras e bifidus		Glúten e leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	logurte natural		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	logurte natural batido		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	logurte natural batido		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	logurte batido natural açucarado		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	logurte natural batido		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	logurte batido natural com leite gordo e natas		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	logurte natural ao estilo grego (8.5% de m. g. no leite)		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Leite fermentado magro líquido com polpa de morango e adição de esteróis vegetais		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	Leite fermentado magro (0,1% M.G.)		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Leite fermentado açucarado líquido magro com morango e com esteróis vegetais		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Bebida à base de quark com sabor a morango		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	logurte líquido magro natural		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Bebida de proteínas do leite, fermentada com coalho microbiano e 9% preparado de mirtilos		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Queijo quark magro com preparado sabor a coco		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	logurte magro batido natural com alto teor em proteínas		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	logurte natural magro estilo skyr islandês		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Especialidade láctea natural		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	logurte natural meio gordo (1.0%)		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Queijo fresco magro		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	logurte natural magro		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	logurte magro natural		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	logurte magro		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	logurte natural magro		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	logurte natural magro		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Queijo flamengo em fatias		Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		<b>5.Recheios para pão</b>						
		5.1 Queijo flamengo fatiado						

	Retalhista 1	Queijo flamengo fatias açores	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Queijo flamengo fatiado/ M. G. E. S.: De 45% a 60%	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Queijo flamengo fatiado M.G.E.S. de 45% a 60%	Leite e ovos		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Queijo flamengo light	Leite e ovos		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Queijo de vaca curado	Leite e ovos		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Queijo flamengo (45-60% M.G./E.S.), fatiado	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Queijo fresco pasteurizado M.G. mín. 60%	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Queijo fresco para barrar	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Queijo fresco M. G. E. S.: Superior a 60%	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Queijo fresco pasteurizado	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Queijo fresco pasteurizado (70% M.G)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Queijo branco para barrar pasteurizado	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Preparado de queijo fresco cremoso	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Queijo fresco	Não		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Queijo fresco de vaca de longa duração	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Queijo fresco M.G.E.S. 25% a 45%	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Queijo fresco pasteurizado	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Queijo fresco sem gordura	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Queijo fresco	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Queijo fresco tradicional	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Requeijão pasteurizado	Leite		Sim	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Requeijão de leite de vaca pasteurizado	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Requeijão de vaca M. G. E. S.: 25% a 45%	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Requeijão	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Requeijão de vaca	Leite		Sim	Pode conter vestígios de	Ovos
	Retalhista 6	Requeijão tipo cotage (20% M.G.)	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Queijo fundido para barrar	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Queijo fundido para barrar	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Queijo fundido para barrar/ M.G.E.S. de 45% a 60%	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL



		Retalhista 3	Queijo fundido para barrar	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	Queijo fundido	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Porções queijo fundido	Leite e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Queijo fundido para barrar	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Creme vegetal para barrar a 59%	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	Creme vegetal para barrar	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 2	Creme vegetal para barrar 50%	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter	Leite
		Retalhista 3	Creme vegetal para barrar a 70%	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Margarina vegetal três quartos	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Creme vegetal para barrar a 50%	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Creme vegetal para barrar a 70%	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 1	Creme vegetal para barrar	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 2	Creme vegetal para barrar 70%	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	Creme vegetal para barrar a 50%	Leite	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Manteiga de amendoim crocante	Amendoins	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, leite e soja
		Retalhista 1	Manteiga de amendoim torrado biológica	Amendoim	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retalhista 2	Creme para barrar de amendoim com pedaços	Amendoins	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retalhista 3	Creme para barrar de amendoim com pedaços	Amendoim	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Retalhista 4	Manteiga de amendoim, biológica	Amendoim	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e sementes de sésamo
		Retalhista 6	Creme para barrar de Amendoim	Amendoins	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
		Marca de Referência	Fiambre da perna extra	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 1	Fiambre da pá fatiado.	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 2	Fiambre da perna extra	Glúten e soja.	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	Fiambre da perna extra fatiado	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Soja
		Retalhista 4	Fiambre da perna extra	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Fiambre da pá	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Fiambre da perna extra	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e soja

5.10 Mortadela com azeitonas	Retalhista 1	Mortadela com azeitonas fatiada e refrigerada	Soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 2	Mostarda com azeitonas (10%)	Soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
	Retalhista 3	Mortadela com azeitonas recheadas com pimento fatiada	Leite		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Mortadela com azeitonas	Leite e soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Mortadela com azeitonas fatiada	Mostarda e soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Mortadela com azeitonas fatiada	Soja e sulfitos		Sim	Pode conter vestígios	Leite
5.11 Presunto fatiado	Marca de Referência	Presunto de cebo ibérico	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Presunto com 9 meses de cura. Fatiado	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Presunto 9 meses de cura fatiado	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Presunto com 6 meses de cura, fatias finas	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Presunto	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Presunto reserva	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
5.12 Bacon fatiado	Retalhista 6	Presunto reserva finíssimo (9 meses de cura)	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Bacon fumado	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Bacon extra fumado cozido fatiado	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Bacon Extra Fatias	Leite e soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Toucinho fumado fatiado	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Bacon Extra	Leite e soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
5.13 Chouriço	Retalhista 5	Bacon extra fatiado	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Bacon fatiado	Leite e soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Chouriça	Sulfitos		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Chouriço do Fundão	Sulfitos		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Chouriço de carne extra	Sulfitos		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Chouriço de carne corrente	Soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
5.14 Alheira	Retalhista 4	Chouriço Alentejano	Sem alergénio(s)		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Chouriço de carne corrente	Soja		Sim	Pode conter vestígios de	Glúten, leite e sulfitos
	Retalhista 6	Chouriço de carne corrente	Soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Alheira com caça	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Alheira transmontana	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL

		Retalhista 2	Alheira Mirandela IGP	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 3	Alheira de Mirandela	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 4	Alheira de Mirandela	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	Alheira	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 6	Alheira de Mirandela - IGP	Glúten		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Salsicha tipo Frankfurt	Mostarda e soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 1	Salsichas tipo Frankfurt	Mostarda e soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 2	Salsichas tipo Frankfurt em conserva	Mostarda e soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 3	Salsichas tipo Frankfurt	Mostarda e soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 4	Salsichas tipo Frankfurt	Glúten e soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Retalhista 5	8 salsichas tipo Frankfurt	Mostarda e soja		Sim	Pode conter vestígios de	Leite
		Retalhista 6	Salsichas tipo Frankfurt	Soja		Não	Sem PAL	Sem PAL
		Marca de Referência	Preparado desidratado para sopa de cebola	Glúten		Sim	Pode conter	Aipo, leite, mostarda, ovos e soja
		Retalhista 1	Sopa de cebola	Sem alergénio(s)		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja
		Retalhista 2	Preparado desidratado para sopa de cebola	Sem alergénio(s)		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja
		Retalhista 3	Preparado desidratado para sopa de cebola	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, ovos, peixes e soja
		Retalhista 5	Sopa de cebola desidratada	Sulfitos		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja
		Retalhista 6	Preparado em pó para sopa de cebola	Glúten		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, leite, ovos e soja
		Marca de Referência	Preparado desidratado para sopa de cogumelos	Glúten e leite		Sim	Pode conter	Aipo, glúten, mostarda, ovos e soja
		Retalhista 1	Creme de cogumelos	Aipo, glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, ovos, peixes e soja
		Retalhista 3	Preparado desidratado para creme de cogumelos	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, ovos, peixes e soja
		Retalhista 5	Creme desidratado de cogumelos	Aipo, glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, ovos, peixes e soja
		Retalhista 6	Preparado em pó para sopa de cogumelos	Glúten e leite		Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, ovos e soja
		Marca de Referência	Preparado desidratado para canja de galinha	Glúten		Sim	Pode conter	Aipo, glúten, leite, mostarda, ovos e soja
		Retalhista 1	Sopa de galinha com massa	Aipo, glúten, leite e ovos		Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, peixes e soja
	5.15 Salsichas de lata							
	6.1 Sopa de cebola							
	6.2 Sopa de cogumelos							
	6.3 Canja de galinha							

## 6. Sopas, molhos e condimentos

	Retalhista 2	Sopa desidratada de canja de galinha com aletria	Aipo, glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, peixes e soja											
	Retalhista 3	Preparado desidratado para canja de galinha com aletria	Aipo, glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, peixes e soja											
	Retalhista 5	Canja de galinha desidratada com aletria	Aipo, glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, peixes e soja											
	Retalhista 6	Sopa galinha com massa	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos e soja											
	Marca de Referência	Puré de batata desidratada	Sulfitos	Sim	Pode conter	Leite											
	Retalhista 1	Puré de batata com leite	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, mostarda, ovos e soja											
	Retalhista 2	Preparado em pó para puré de batata com leite	Leite e sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija, glúten, ovos, e soja											
	Retalhista 3	Flocos de batata desidratada	Sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL											
	Retalhista 5	Puré de batata em flocos com leite	Leite	Sim	Pode conter vestígios de	Sulfitos											
	Retalhista 6	Puré de batata	Sulfitos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite											
	Marca de Referência	Sopa de feijão-verde	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL											
	Retalhista 1	Creme de cenoura com legumes frescos	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, ovos, peixes, sulfitos											
	Retalhista 2	Creme de cenoura	Sem alergénio(s)	Sim	Este prato é confeccionado onde há manipulação de	Amendoins, crustáceos, frutos de casca rija, glúten, leite, moluscos, mostarda, ovos, peixes, sementes de sésamo, soja e sulfitos											
	Retalhista 3	Creme de cenoura com 1,6% de azeite virgem	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo e crustáceos											
	Retalhista 4	Creme de legumes	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, moluscos, ovos, peixes e soja											
	Retalhista 5	Creme de cenoura	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL											
	Retalhista 6	Creme de cenoura com 1% de azeite virgem	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL											
	Marca de Referência	Caldo de carne desidratado.	Aipo	Não	Sem PAL	Sem PAL											
	Retalhista 1	Preparado para caldo de carne desidratado	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja											
	Retalhista 2	Caldos em cubo Carne	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos e peixes											
	Retalhista 3	Preparado para caldo de carne desidratado	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos e peixes											
	Retalhista 5	Caldo desidratado de sabor a carne	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos e peixes											
	Retalhista 6	Caldo de carne	Glúten, leite e soja	Sim	Pode conter resíduos de	Aipo, mostarda e ovos											

Marca de Referência	Caldo de galinha desidratado	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
6.7 Caldo de galinha	Preparado para caldo de galinha desidratado	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, crustáceos, glúten, leite, ovos, peixes e soja
	Caldos em cubo Galinha	Aipo, ovos e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, glúten, leite e peixes
	Preparado para caldo de galinha desidratado	Aipo, ovos e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, glúten, leite e peixes
	Caldo desidratado de galinha	Aipo, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Crustáceos, glúten, peixes e soja
	Caldo de galinha	Aipo	Sim	Pode conter resíduos de	Leite, mostarda, ovos e soja
	Tomato ketchup	Aipo	Não	Sem PAL	Sem PAL
6.8 Ketchup	Ketchup	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Ketchup	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Ketchup	Aipo	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Ketchup	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, mostarda e ovos
	Ketchup picante	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Maionese	Mostarda e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
6.9 Maionese	Maionese	Ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Maionese com óleo de girassol (80%)	Mostarda e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Maionese	Mostarda e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Maionese	Ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e mostarda
	Maionese	Mostarda e ovos	Não	Pode conter vestígios de	Aipo e glúten
	Maionese	Mostarda e ovos	Não	Sem PAL	Sem PAL
6.10 Mostarda	Mostarda	Glúten e mostarda	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Condimento de mostarda	Glúten e mostarda	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Condimento de mostarda	Mostarda, ovos e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Condimento de mostarda	Glúten e mostarda	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Molho mostarda	Glúten, mostarda e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Condimento de mostarda	Aipo, glúten e mostarda	Sim	Pode conter vestígios de	Ovos
6.11 Molho de soja	Molho de mostarda	Mostarda, ovos e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Molho de soja	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL

	Retalhista 1	Molho de soja	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Molho de soja	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Molho de soja	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Molho de soja	Soja e sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Molho de soja	Glúten e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Sulfitos
	Retalhista 6	Molho de soja	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Massa de alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Massa de alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Massa de Alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Massa de alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Massa d'Alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Massa d'Alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Tempero de massa de alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Massa de pimento	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Massa de pimentão	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Massa de pimentão	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Massa de pimento	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Massa de pimento	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Tempero de pimentão	Sulfito	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Tempero de massa de pimentão	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Vinha d'Alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Massa de pimento com alho, vinho e especiarias	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Vinha d'Alho	Sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 3	Vinha de alho	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Sulfitos
	Retalhista 4	Vinha d'Alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 5	Vinha d'Alhos	Sulfitos	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Tempero de vinha de alho	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Polpa de tomate	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Polpa de tomate pasteurizada	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 2	Polpa de tomate	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
6.12 Massa de alho						
6.13 Massa de pimentão						
6.14 Massa de vinha d'alho						
6.15 Polpa de tomate						

			Polpa de tomate				Sem PAL		Sem PAL		Sem PAL
		Retalhista 3	Polpa de tomate biológico				Sem PAL		Sem PAL		Sem PAL
		Retalhista 4	Polpa de tomate				Sem PAL		Sem PAL		Sem PAL
		Retalhista 5	Polpa de tomate. Produto pasteurizado				Sem PAL		Sem PAL		Sem PAL
		Retalhista 6	Bebida de soja com adição de cálcio e vitaminas				Sem PAL		Sem PAL		Sem PAL
		Marca de Referência	Bebida à base de soja UHT				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá		
		Retalhista 1	Bebida de soja U.H.T. com cálcio e vitaminas B2, B12 e D2				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá		
		Retalhista 2	Bebida à base de soja UHT light, enriquecida em cálcio e vitaminas A; D				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e glúten		
		Retalhista 3	Bebida de soja UHT				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá		
		Retalhista 4	Bebida de soja, fonte de cálcio, proveniente de agricultura biológica, esterilizada UHT				Sem PAL		Sem PAL		
		Retalhista 5	Bebida de soja				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá		
		Retalhista 6	Bebida de aveia com adição de cálcio				Sem PAL		Sem PAL		
		Marca de Referência	Bebida à base de aveia UHT				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 1	Bebida de aveia U.H.T. sem adição de açúcares com cálcio e vitaminas B2, B12 e D2				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 2	Bebida à base de aveia UHT, enriquecida em cálcio e vitamina D				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 3	Bebida ecológica de aveia com cálcio UHT				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá		
		Retalhista 4	Bebida de aveia proveniente de agricultura biológica, esterilizada UHT				Sem PAL		Sem PAL		
		Retalhista 5	Bebida de aveia				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 6	Bebida de amêndoa biológica				Produzido em fábrica que opera com		Frutos de casca rijá		
		Marca de Referência	Bebida à base de amêndoa UHT				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 1	Bebida de amêndoa U.H.T com adição de cálcio, ferro e vitaminas				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 2	Bebida à base de amêndoa UHT, enriquecida em cálcio e vitaminas A, D, B12				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá e soja		
		Retalhista 3	Bebida de amêndoa				Pode conter vestígios de		Frutos de casca rijá		
		Retalhista 4	Bebida à base de amêndoa, proveniente de agricultura biológica, esterilizada UHT				Sem PAL		Sem PAL		
		Retalhista 5	Bebida de casca rijá						Frutos de casca rijá		

## 7. Substitutos de carne e de produtos lácteos

	Retalhista 6	Bebida de amêndoa com adição de cálcio e vitaminas A, D e B12	Frutos de casca rija	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
7.4 Bebida de arroz	Marca de Referência	Bebida de arroz com adição de cálcio e vitaminas	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Bebida à base de arroz UHT Naturalmente sem lactose isento de glúten	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 2	Bebida de arroz (12%) U.H.T. sem açúcares adicionados	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 3	Bebida à base de arroz UHT, enriquecida em cálcio e vitamina D	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 4	Bebida biológica de arroz UHT	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 5	Bebida de arroz, provenientes de agricultura biológica, esterilizado UHT	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
7.5 Bebida de coco	Retalhista 6	Bebida de arroz	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Marca de Referência	Bebida de coco com arroz e adição de cálcio e vitaminas	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 1	Bebida à base de arroz e coco UHT	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 2	Bebida de arroz (11%) e leite de coco (creme de coco e água) (8%) U.H.T. sem açúcares adicionados	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 3	Bebida à base de coco com arroz UHT, enriquecida em cálcio e vitaminas D, B12	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija e soja
	Retalhista 4	Bebida de coco com arroz ecológica UHT	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, glúten e soja
7.6 Iogurte vegetal	Retalhista 5	Bebida vegetal à base de arroz e polme de coco, proveniente de agricultura biológica, esterilizada UHT	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência	Preparado fermentado de soja, com adição de cálcio e vitaminas	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 1	Preparado fermentado à base de soja	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 2	Preparado vegetal fermentado à base de soja com frutos vermelhos, com adição de cálcio e vitaminas B2, B12 e D2	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 3	Especialidade fermentada à base de soja	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 4	Preparado de soja fermentada	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
7.7 Sobremesa de soja	Retalhista 5	Produto fermentado à base de bebida de soja	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 6	Preparado à base de leite de coco fermentado com uma base de preparado de morango	Sem alergénio(s)	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1	Sobremesa à base de soja com chocolate em pó	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija



			Sobremesa à base de bebida de soja com chocolate em pó	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 5	Marca de Referência	Produto à base de soja para cozinhar, alternativo às natas	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1		Crema de soja ultrapasteurizada para culinária	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 2		Crema de soja para culinária U.H.T.	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
7.8	Retalhista 3		Crema de soja UHT para cozinhar	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 4		Crema de soja culinária	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 5		Crema de soja para culinária	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Retalhista 6		Crema de soja para culinária	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Frutos de casca rija
	Marca de Referência		Tofu bio	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1		Tofu biológico	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
7.9	Retalhista 3		Tofu biológico	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Glúten
	Retalhista 4		Tofu de consistência estável	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6		Produto vegetal à base de feijão-de-soja	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
7.10	Marca de Referência		Tofu marinado biológico, tratado em alta temperatura, fumado com madeira de faia	Soja	Sim	Produzido numa empresa onde também são manipulados	Aipo, frutos de casca rija e mostarda
	Retalhista 6		Produto vegetal à base de feijão-de-soja fumado	Soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Marca de Referência		Seitan	Glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Soja
7.11	Retalhista 1		Seitan biológico	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4		Seitan biológico	Glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 1		Lasanha de Espinafres e Ricota	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Peixes e soja
7.12	Retalhista 2		Massa de sêmola de trigo duro (19,5%) entre camadas de vegetais (49,8%), coberta com molho bechamel (27,8%) e queijo emmental (2,9%), refrigerada	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter	Peixes e soja
	Retalhista 3		Lasanha com espinafres (14,9%) e queijo ricota (10,7%)	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Peixes e soja
	Retalhista 6		Lasanha com picado vegano à base de proteína de girassol, polvilhada com preparado ralado à base de gordura vegetal	Glúten e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo e mostarda

	Marca de Referência	2 Burgers de Proteína Vegetal	Glúten	Não	Sem PAL	Sem PAL
7.13 Hambúrguer vegetariano	Retalhista 1	Preparado vegetariano pré-frito ultracongelado	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, frutos de casca rija, mostarda e soja
	Retalhista 2	Preparado vegetal com aroma a carne de frango, pré-cozinhado, pré-frito e ultracongelado	Glúten, leite e ovos	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, amendoins, frutos de casca rija, mostarda e soja
	Retalhista 3	Preparado vegetal com pimento (2,1,3%), seitan (17%) e cogumelos shiitake (6,6%)	Aipo e glúten	Sim	Pode conter vestígios de	Amendoins, frutos de casca rija, leite, mostarda, ovos, sementes de sésamo e soja
	Retalhista 4	Hambúrgueres veganos à base da proteína de soja, pré-cozinhados, para aquecer	Soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, mostarda e ovos
	Retalhista 6	Hambúrgueres veganos - com farinha de soja e proteína de trigo, para grelhar e fritar	Glúten e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo e mostarda
	Marca de Referência	Almôndegas vegan pré-cozinhadas à base de proteína de soja e trigo reidratado	Glúten e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Leite e ovos
7.14 Almôndegas vegetarianas	Retalhista 2	Preparado vegetal à base de proteína de ervilha	Sem alergénio(s)	Sim	Pode conter vestígios de	Soja
	Retalhista 5	Preparado à base de proteínas vegetais, cozinhado, refrigerado	Ovos e soja	Sim	Pode conter vestígios de	Aipo, glúten, leite, moluscos e peixes
7.15 Salsichas vegetarianas	Marca de Referência	Produto elaborado à base de proteína de soja	Aipo, glúten, ovos e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 4	Salsichas vegan de tofu de proteína de trigo	Aipo, glúten e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL
	Retalhista 6	Produto de soja, com vegetais 5 unidades	Aipo e soja	Não	Sem PAL	Sem PAL