



ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ



"MARTANO" PIZZA & RESTAURANT

Τ.ΠΛΟΥΚΟΣ - Δ. ΠΛΟΥΚΟΣ Ο.Ε.

Π. ΒΟΣΤΑΝΗ 20 ΜΥΤΙΛΗΝΗ

22510 24 700

Βάσει της κοινής υπουργικής απόφασης 1412/31889/2019 και του Φ.Ε.Κ. 650/A/28-2-2019 η επιχείρησή μας από 01/01/2020 υποχρεούται να διατηρεί κατάλογο αλλεργιογόνων ενδείξεων. Οι 14 προβλεπόμενες από τον νόμο αλλεργίες, είναι οι εξής:

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια **5.** Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο **10.** Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

Στο τέλος της κάθε σελίδας του καταλόγου μας αναγράφονται οι τροφικές αλλεργίες ή δυσανεξίες. Δίπλα από κάθε μας προϊόν, θα βρείτε τον αντίστοιχο αριθμό.

Η αναγραφή "**Μπορεί να περιέχει ίχνη**" σχετίζεται με ουσίες που προέρχονται από 1. τυποποιημένα προϊόντα συγκεκριμένης μάρκας, 2. από τον τρόπο και χώρο παρασκευής του κάθε προϊόντος, καθώς επίσης και με τους προμηθευτές π.χ. Μαναβικής, που συνεργάζεται η επιχείρησή μας.

ΠΡΟΣΟΧΗ στα προϊόντα με την υπόδειξη "ΠΡΟΣ ΑΠΟΦΥΓΗ" ή "ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΠΡΟΣ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ" για τις συγκεκριμένες περιπτώσεις και ομάδες που αναφέρονται.

Παρακάτω σας αναλύουμε κάποιες από τις υπάρχουσες ή προαιρετικές ενδείξεις

Capsicum: Διάφοροι τύποι πιπεριάς, όπως η κόκκινη, πράσινη, γλυκιά, καυτερή, τσίλι, καθώς επίσης και κάποια είδη πιπεριού που προέρχονται από τις παραπάνω κατηγορίες πιπεριάς, κατατάσσονται στο γένος των φυτών capsicum. Είναι ένα είδος ανθοφόρου φυτού της οικογένειας στρύχνου. Οι καρποί των περισσοτέρων από αυτά περιέχουν καψαΐκίνη, ουσία που είναι ερεθιστική και προκαλεί αίσθημα καύσου σε οποιονδήποτε ιστό έλθει σε επαφή με αυτήν.

Allium Sativum: Είναι ένα μικρό λαχανικό της οικογένειας alliaceaeah onion γνωστό ως σκόρδο. Οι θεραπευτικές του ιδιότητες, καθώς επίσης και οι αρνητικές επιπτώσεις, διαφέρουν από ομάδα σε ομάδα. Προτείνουμε την αποφυγή κατανάλωσης από ομάδες με χαμηλή αρτηριακή πίεση

Alpha-gal: Η αλλεργία στο ένζυμο Alpha-gal ή (Γαλακτόζη α – 1,3) πρόκειται για το κύριο αλλεργιογόνο στο κόκκινο κρέας. Είναι ένα είδος σύνθετου σακχάρου, που βρίσκεται σε πολλά θηλαστικά, αλλά απουσιάζει από τα ανθρώπινα όντα. Όπου αναγράφεται η ένδειξη Alpha-gal υπάρχει μεγάλη περιεκτικότητα σε κόκκινο κρέας. Προτείνουμε να αποφεύγεται η κατανάλωση από ομάδες με στεφανιαία νόσο καρδιάς ή με υψηλές τιμές κρεατινίνης

Είμαστε στην διάθεσή σας για κάθε πληροφορία που σχετίζεται με την ασφαλή κατανάλωση των προϊόντων μας και για οποιαδήποτε εφικτή πρότασή σας

Ευχαριστούμε

Εκ της Διευθύνσεως

PIZZA

Μαργαρίτα: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Οικολογική: 1.

Ελληνική: 1. 7.

Μοπιλήνης: 1. 7.

Μεσόγειος: 1. 7.

4 Τυριά: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Diavola: 1.

Special: 1.

Martano Special: 1. 3. 7.

Χωριάστικη: 1. 7.

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

Carbonara: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Dolce Vita: 1. 3.

Προσούτο: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Ζαμπόν – Τυρί: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Riviera: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Χαβανέζα: 1.

Barbeque κοτόπουλο: 1. 6. 7.

Ταλοπούλα Light: 1. 7.

Con Carne: 1.

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

ΟΡΕΚΤΙΚΑ

Σαγαανάκι φέτα: 7.

Σαγαανάκι με γαρίδες: 2. 7.

Σαγαανάκι με λαδοτύρι Μυτιλήνης: 7.

Σαγαανάκι σμυρνέϊκο: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Μαγιτάκια αλα κρεμ: 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Πατάτα ψητή: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Πατάτα ψητή με ροκφορ: 7.

Ψητά λαχανικά: **Καμία αλλεργιογόνα ένδειξη**

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

Πατάτες τηγανιτές: **Καμία αλλεργιογόνα ένδειξη**

Σκορδόψωμο: **1.**

Σκορδόψωμο με τυρί: **1. 7.**

Περιέχει Καζεΐνη

Σκορδόψωμο χωριάτικο: **1. 7.**

Burrata Con Prosciutto: **1. 7.**

ΣΑΛΑΤΕΣ

Chef salad: **1. 3. 7. 10.**

Ceasar's salad: **1. 7. 10.**

Ρόκα – Παρμεζάνα: **6. 7. 8. 10.**

Martano salad: **1. 6. 7. 8. 10.**

4 Έποχές: **Καμία αλλεργιογόνα ένδειξη**

Χωριάτικη: **7.**

Τόνος: **4.**

Ή σως περιέχει αλλεργία Νο **3**

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

Κροττοσαλάτα: 3.

Σολωμού: 4. 7.

Ζυμαρικών με κροτόπουλο: 1. 3. 7. 10.

Ροκφορ: 7. 8.

Organic: 7.

PIZOTA

Φιζότο λαχανικών: 7.

*Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg*

Φιζότο λαχανικών με κροτόπουλο: 7.

Φιζότο Διαβολά: 2. 7.

Περιέχει Καζεΐνη, Capsicum

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

ΖΥΜΑΡΙΚΑ

Ναπαλιτέν φούρνου: 1. 3. 7.

Μπαλονεζ φούρνου: 1. 3. 7.

Special φούρνου: 1. 3. 7.

Carbonara: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Αλα κρεμ: 1. 3. 7.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

Martano: 1. 3. 7.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Μαρινάρα: 1. 2. 3. 4. 7. 14.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Πουτανέσκα: 1. 3.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Latino: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη και **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Τκάλο: 1. 3. 7. 10.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Al forno: 1. 3. 7.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

Alfredo: 1. 3.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Καρπούζο: 1. 3. 7.

Περιέχει **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Μαφιόζα: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη, Capsicum και **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Αραμπιάσα: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη, Capsicum και **Διοξείδιο του Θείου SO₂** οριακά ή κάτω των 10mg/kg

4 Τυριά: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

Al pesto: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Pollo Pesto: 1. 3. 7. 8.

Περιέχει Καζεΐνη

Ταριδομακαρονάδα: 1. 2. 3.

Φετουτσίνι: 1. 3. 4. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

ΠΕΪΝΙΡΛΙ

Special: 1.

Μπουρίτο: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Πιράτσα: 1. 7.

Περιέχει Capsicum

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

Martano: 1. 3.

ΚΑΛΙΤΣΟΝΕ

Special: 1.

Μπουρίτο: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη και Capsicum

Martano: 1. 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Οικολογικό: 1.

ΤΗΣ ΩΡΑΣ

Chicken wings: 1. 6.

Περιέχει Καζεΐνη

*Κροτόπουλο σχάρας: **Καμία αλλεργιογόνα ένδειξη***

Για τυχόν μαρινάδες, ρωτήστε το κατάστημα

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

Κροτόπουλο κάρυ: 7.

Κροτόπουλο Philadelphia: 7. 10.

Περιέχει Καζεΐνη και Διοξείδιο του Θείου SO₂ οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Κηπουρού: 7.

Περιέχει Καζεΐνη

Κρομπουκίες: 1. 3. 7. 10.

Μπιφτέκια Martano: 7.

Περιέχει Διοξείδιο του Θείου SO₂ οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Μπιφτέκια βενετσιάνα: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη και Διοξείδιο του Θείου SO₂ οριακά ή κάτω των 10mg/kg

Μπιφτέκια σχάρας: 1. 3.

Μπιφτέκια κροτόπουλο: 1. 3.

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) **2.** Καρκινοειδή **3.** Αυγά **4.** Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) **6.** Σόγια **7.** Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) **8.** Ξηροί καρποί **9.** Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) **11.** Σουσάμι **12.** Διοξείδιο του Θείου **13.** Λούπινο **14.** Μαλάκια

Σνίτσελ βιενουά: 1. 3. 7.

Περιέχει Καζεΐνη και Διοξείδιο του Θείου SO₂ οριακά ή κάτω των
10mg/kg

Σνίτσελ: 1. 3. 7.

Σνίτσελ χόφμαν: 1. 3. 7.

Σκαλοπίνια λεμονιού: Χαμία αλλεργιογόνα ένδειξη

Σκαλοπίνια αλα κρεμ: 7.

Περιέχει Καζεΐνη και Διοξείδιο του Θείου SO₂ οριακά ή κάτω των
10mg/kg

Ψαρονέφρι σχάρας: Χαμία αλλεργιογόνα ένδειξη

Fish 'n chips: 1. 2. 3. 4. 7.

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

ΚΡΕΠΕΣ ΦΑΤΗΤΟΥ

Special: 1. 3. 7.

Pollo: 1. 3. 7.

Ταλοπούλα light: 1. 3. 7.

Κροτόπουλο: 1. 3. 7.

BURGERS

Χάμπουργκερ: 1. 3. 7. 10.

Chicken burger: 1. 3. 7.

Pollo burger: 1. 3. 7. 10.

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια

ΚΡΕΠΤΕΣ ΤΗΥΚΕΣ

Σοκαλάτα: 1. 3. 6. 7. 8.

Σοκαλάτα – Μπανάνα: 1. 3. 6. 7. 8.

Σοκαλάτα – Μπισκότο: 1. 3. 6. 7. 8.

Σοκαλάτα – Μαυροκέρασο: 1. 3. 6. 7. 8.

ΕΠΙΔΟΡΤΙΑ

Πανακότα: 1.

Σουφλέ σοκαλάτας: 1. 3. 6. 8.

Τιασούρτι με μέλι και καρύδια: 7. 8.

Martano cheesecake: 1. 3. 7. 8.

ΑΛΛΕΡΓΙΟΓΟΝΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

1. Γλουτένη (Σιτηρά) 2. Καρκινοειδή 3. Αυγά 4. Ψάρια
5. Αραχίδες (Φιστίκια) 6. Σόγια 7. Λακτόζη (Γαλακτοκομικά) 8. Ξηροί καρποί 9. Σέλινο
10. Σινάπι (Μουστάρδα) 11. Σουσάμι 12. Διοξείδιο του Θείου 13. Λούπινο 14. Μαλάκια