

ALIMENTS POUVANT CONTENIR DES SULFITES

LAIT et PRODUITS LAITIERS	Laitages surtout avec fruits confits, fruits secs (raisins, pruneaux)
VIANDES et OEUFS	Produits dérivés contenant des produits végétaux, céréales (steak de hamburger)
POISSONS et CRUSTACES	Poissons séchés et salés, crustacés , coquillages, frais congelés ou surgelés
PAINS et CEREALES	Ceux qui contiennent des fruits secs ou des oléagineux (tournesol, colza, arachide, soja-tofu, sésame, noix, noisettes, amande, coco, courge, lin)
POMME DE TERRE	Préparation prêtes à l'emploi avec des pommes de terre, dont plats sous vide, purées à reconstituer
LEGUMES SECS	Haricots blanc, pois chiches
LEGUMES VERTS	Salsifis, endives, asperges, oignons, champignons en conserve, surgelés ou préparés, voire secs (oignons, champignons) Tous légumes en conserve (dans le vinaigre, l'huile, la saumure) sauf les olives ; Soupes déshydratées contenant de la tomate
FRUITS SECS et en CONSERVE	Pruneaux, letchis en conserve Fruits confits (orange, citron confits , cristallisés, glacés) Fruits secs (pruneaux, abricots, figues , raisins, bananes, noix de tous les types , noisettes, amandes, coco)
SUCRE et PRODUITS SUCRES	Sucre avec de la pectine de fruits pour les confitures Confitures et gelées y compris pauvres en glucides Biscuits et gâteaux fourrés aux fruits Caramel Glaces et sorbets avec pruneaux ou fruits secs
BOISSONS	Jus de raisin, pomme, orange, pamplemousse, ananas, citron Sirops de fruits à diluer Sodas colorés, ice tea Bières avec ou sans alcool Vins avec ou sans alcool (surtout blancs et pétillants) Cidre, poiré, autres vins de fruits pétillants ou non
CONDIMENTS	Vinaigres divers, moutardes, vinaigrettes citronnées

Les matières grasses ne comprennent pas de sulfites.

Les médicaments comprennent des sulfites (toutes les gélules, de nombreux sirops, préparations injectables et anesthésiques locaux avec adrénaline).

LISTE DES PRINCIPAUX CONSERVATEURS ALIMENTAIRES, EXHAUSTEURS de GOÛT, COLORANTS

E220 anhydre sulfureux

E221 sulfite de sodium

E222 bisulfite de sodium

E223 métabisulfite de sodium

E224 métabisulfite de potassium

E226 sulfite de calcium

E227 bisulfite de calcium

E228 bisulfite de potassium

E621 glutamate monosodique (sauce soja, poudres , bouillons, nourriture asiatique conservée)

E210-213 benzoates (sodas, jus de fruits, soft drinks, sauce soja)