

Será que tem soja?



Leia sempre o rótulo e o alerta para alérgicos, se houver!



Converse sempre com quem preparou o alimento. Na dúvida, não coma!



ATENÇÃO COM OS ALIMENTOS DESSA LISTA!

Às vezes, são feitos com soja e/ou derivados!

Achocolatado
Alfajor
Alimentos empanados/condimentados
Almôndega
Apresuntado
Aves temperadas
Balas (algumas)
Barra de cereal (algumas)
Bebida vegetal (algumas)
Biscoitos/bolachas
Bolos
Bombons
Broto de soja
Brownie
Caldo de carne ou legumes
Cereais
Chocolate
Churros
Comida oriental (japonesa, chinesa, indiana..).
Comida vegana/vegetariana
Confeitos
Donuts
Edamame



Empada
Empanada
Farinha de soja
Frituras
Grelhados (checar gordura utilizada)
Hambúrguer
Hóstia
Maionese
Margarina
Mil folhas
Miso
Misturas para bolo
Misturas para pães
Misturas para sopa
Molho de soja
Molhos
Mousse/musse
Natto
Nuggets
Okara
Pães
Panetone
Panqueca
Pão de mel
Patê
Pavê
Peito de peru
Pizza (uso de farinha e/ou óleo de soja)
Presunto



Proteína de soja hidrolisada
Proteína isolada de soja
Proteína vegetal hidrolisada
Proteína vegetal texturizada
PTS
PVT
Queijos não lácteos (alguns)
Quiche
Rocamboles
Saladas prontas
Salgado de festa
Salgadinhos
Shoyu
Sopas e cremes
Sorvete e picolé
Substitutos de carne
Suplemento esportivo
Tamari
Tempeh
Tempero de salada
Teriyaki
Tofu
Torrada
Torta
Tortilhas
Waffle
Yakissoba
Yuba



@alergiaalimentarbrasil

alergiaalimentarbrasil.com.br