



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE  
DES ALLERGIES ALIMENTAIRES

## Lait de vache

### **Mots-clés pour le lait de vache:**

#### Synonymes et produits à base de lait de vache:

Alpha-lactalbumine, arôme de beurre, babeurre, bêta-lactoglobuline, beurre, beurre clarifié, caillé, caséinate de sodium, caséinate de calcium, caséinate, caséine, crème, crème glacée, crème sûre, fromage, ghee, gras de lait, huile de beurre, kéfir, koumis, lactalbumine, lactoferrine, lactoglobuline, lactose, lactosérum, lactulose, lait sans lactose, mélanges pour boissons maltées, petit lait, poudre de lait écrémé, poudre de petit lait, protéines ovo-lacto-hydrolysées, Simplese® (succédanés de gras), solides de lait écrémé, solides de lait, substance laitière modifiée, yogourt (de lait).

#### \*Sources très probables de lait de vache:

Biscuits, café aromatisé, caramel (le bonbon), chocolat, charcuterie, colorant à café, desserts (gâteaux, beignes), flan, fromage de soya (avec caséine), glaçage sur des produits de boulangerie, Opta® (succédanés de gras), margarine, nougat, pâtés, pizza, pommes de terre instantanées, en purée ou dauphinoises, pouding, sauces, saucisses, sorbets, soupe-crème, sucettes glacées (« popsicles » de tous types), tartinades, trempettes, vinaigrettes, etc.

#### \*Sources possibles de lait de vache:

Aliments et repas congelés/déshydratés, arôme, assaisonnements, caramel (le colorant), céréales, croustilles ou frites assaisonnées, craquelins, jus enrichi de calcium, pain, préparation aromatisante naturelle et/ou artificielle, rocou (colorant qui peut parfois contenir du lactose), saveur, saveur de beurre artificielle, tofu.

#### \*Sources possibles de lait de vache, non alimentaire :

Aliments pour animaux de compagnie, cosmétiques, médicaments et suppléments, produits de beauté, vaccins, etc.

\* Ces aliments ou ingrédients ne contiennent pas nécessairement de protéines du lait de vache, mais il est souhaitable de le vérifier en lisant bien l'étiquette ou en contactant le fabricant ou le cuisinier afin de s'en assurer. Ces sources possibles sont données pour vous aider à repérer les allergènes mais ne constituent pas une liste exhaustive. Il est important de bien lire les étiquettes et de s'informer pour chaque aliment consommé.

#### **N.B. :**

- Les personnes allergiques au lait de vache, le sont habituellement à tous les produits laitiers, de même qu'au lait de chèvre ou de brebis.
- Les ingrédients suivants ne proviennent pas des produits laitiers et les personnes allergiques au lait de vache peuvent donc les consommer :
  - Stéaroyl-2-lactylate et stéaroyllactylate,
  - acide lactique,
  - lactate,
  - beurre de cacao,
  - crème de tartre,
  - glucono-delta-lactone,
  - lactate de calcium,
  - oléorésine.

© AQAA 2007 Le contenu de ce document a été développé par l'Association québécoise des allergies alimentaires (AQAA). Le respect de ce copyright aide l'AQAA à poursuivre son développement et sa mission éducative.

### **Soutien . Éducation . Prévention . Recherche**

Association québécoise des allergies alimentaires. 6020 Jean-Talon Est, bureau 315, Montréal (Québec) H1S 3B1  
Téléphone/Télécopieur : (514) 990-2575 . [www.aqaa.qc.ca](http://www.aqaa.qc.ca) . Organisme de bienfaisance #87594 4738 RR0001