

# Allergen Chart

Wara Sushi cannot guarantee any dish is Gluten free as some ingredients are sourced from overseas where labelling laws do not require as accurate details as is required for Celiac  
Lupin is a new requirement on allergen lists. Its is related to both peanuts and soy and in some flour blend and noodles. All items marked TBC may possibly contain it.

Any dish with Mayo added has traces of Egg , Soy and Gluten / all Soy sauce contains traces of wheat

Y=Yes EQ= cooked on same equipment with allergen T=Traces in small quantities

MENU ITEM	Gluten	Dairy	Egg	FISH CRUSTACEANS	Vegetarian	Nuts	Soy	Lupin	Sesame
<b>BABY ROLL</b>									
Teriyaki Chicken Baby	Y		T	T			Y	TBC	
Avocado Baby				T	Y				
Salmon Baby				Y					
Cucumber Baby				T	Y				
Chicken Baby	Y		T	EQ			Y	TBC	
Tuna Baby	Y		T	Y			Y	TBC	
<b>ROLL</b>									
Tuna & Avocado	Y		Y	Y			Y	TBC	
Salmon & Avocado	Y		Y	Y			Y	TBC	
Fresh Veges	Y			T	Y		Y	TBC	
Tempura Veges	Y		Y	EQ	Y		Y	TBC	
BBQ Pork	Y		Y	EQ			Y	TBC	
Plain Tuna	Y		Y	Y			Y	TBC	
Smoked salmon & Cream cheese	Y	Y		Y					
Spicy chicken & Avocado	Y		Y	EQ			Y	TBC	
Sweet chilli chicken	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y
Plain Avocado					Y				
Tempura Prawn	Y		Y	Y			Y	TBC	
Crispy chicken & Avocado	Y		Y	EQ			Y	TBC	
Karaage Chicken	Y		Y	EQ			Y	TBC	
Teriyaki Chicken	Y		Y	EQ			Y	TBC	
<b>INSIDE OUT ROLL</b>									
Crispy chicken & Avocado	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y
Teriyaki chicken & Avocado	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y
Tuna & Avocado	Y		Y	Y			Y	TBC	Y
Spicy Tuna	Y		Y	Y			Y	TBC	Y
California	Y		Y	Y			Y	TBC	
<b>BLACK RICE ROLL</b>									
Teriyaki Chicken	Y			EQ			Y	TBC	
Tuna & Avocado	Y		Y	Y			Y	TBC	
Salmon & Avocado	Y			Y					
Plain Avocado				EQ	Y				
Seaweed salad				T	Y				Y
<b>NIGIRI</b>									
Crispy Chicken & Avo	Y		Y	EQ			Y	TBC	
Spicy Chicken & Avo	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y
Tempura Vegetable	Y		Y	EQ	Y		Y	TBC	
Tempura Prawn	Y		Y	Y			Y	TBC	
Salmon				Y					
<b>SHIP</b>									
Inari Roll	Y			EQ	Y		Y	TBC	Y
Inari Mushroom	Y			EQ	Y		Y	TBC	Y
Inari Takoyaki	Y		Y	Y			Y	TBC	Y
<b>ABURI</b>									
Scallop	Y		Y	Y			Y	TBC	
Wagyu	Y		Y	T				TBC	
Salmon	Y		Y	Y			Y	TBC	
Double Aburi	Y	Y	Y	Y			Y	TBC	
<b>SPECIAL ROLL</b>									
Volcano	Y	Y	Y	EQ			Y	TBC	
Lion King	Y	Y	Y	Y			Y	TBC	
Salmon Avo & Onion	Y		Y	Y			Y	TBC	
<b>RICE PAPER ROLLS</b>									
Vegetarian	Y			EQ	Y				
Spicy Chicken	Y			EQ			Y	TBC	
Salmon Avo & Cream cheese	Y	Y		Y					Y
Teriyaki Chicken & Avo	Y			EQ			Y	TBC	
Crispy Chicken & Avo	Y	Y		EQ			Y	TBC	
<b>SIDE DISHES</b>									
Calamari rings	Y		Y	Y					
Gyoza	Y		Y	EQ			Y	TBC	
Spring rolls	Y		Y	EQ		EQ	Y	TBC	Y
Vegetable Kakiage	Y		Y	EQ	Y		Y	TBC	
Dim Sims	Y			EQ			Y	TBC	
Takoyaki	Y		Y	Y			Y	TBC	
Okonomiyaki	Y		Y	Y			Y	TBC	
Edamame				EQ	Y		Y	TBC	
Miso soup				Y			Y	TBC	
Bowl of Rice									Y
Karaage Chicken side	Y	Y	Y	EQ			Y	TBC	
Croquet	Y	Y	Y	Y			Y	TBC	
<b>HOT MEALS</b>									
Teriyaki Chicken	Y			EQ			Y	TBC	Y
Japanese Curry	Y	Y		EQ			Y	TBC	
Katsu Don	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y
Karaage Chicken Udon	Y	Y		EQ			Y	TBC	
Karaage Chicken	Y	Y	Y	EQ			Y	TBC	
Ramen ( Chick or Pork )	Y	Y	Y	Y			Y	TBC	
Tempura Prawn Udon	Y		Y	Y			Y	TBC	
Unagi Don	Y		Y	Y			Y	TBC	Y
Salmon Don	Y		Y	Y			Y	TBC	
Tempura Udon	Y		Y	Y			Y	TBC	
Gyu Don Beef	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y
Special Fried Rice( Chi / Prawn)	Y			NO / EQ			Y	TBC	Y
Fried Soba	Y		Y	EQ			Y	TBC	Y

Chicken Mayo Avo	Y		Y	EQ			Y	TBC	
<b>SIZZLINGS</b>									
Sweet Chili Prawn	Y		Y	Y			Y	TBC	Y
Teriyaki Chicken	Y			EQ			Y	TBC	Y
Teriyaki Wagyu Beef	Y			EQ			Y	TBC	Y
Spicy Chicken	Y			EQ			Y	TBC	Y
Teriyaki Salmon	Y			Y			Y	TBC	Y
Spicy Pork	Y			EQ			Y	TBC	Y
<b>PLATTERS</b>									
Baby Roll	Y		Y	Y			Y	TBC	Y
Wara Sushi Roll	Y	Y	Y	Y			Y	TBC	Y
Wara Sushi Mixed	Y	Y	Y	Y			Y	TBC	Y

Information is accurate as of 01/09/22, product packaging MUST be consulted prior to consumption as manufacturers may update ingredients without notice.