

Czech Gluten Free Restaurant Card

Mám alergii / nesnášenlivost na lepek, pšenici, ječmen a oves a na všechny produkty z nich, např. pšeničnou mouku, strouhanku, sójovou omáčku apod.

Požívání jídel, omáček nebo příloh obsahujících tyto ingredience způsobí vážné zhoršení mého zdravotního stavu.

Můžu jíst jídla obsahující rýži, kukuřici, brambory, mléko, sýry, vejčička, všechny druhy masa, ryb, zeleniny a ovoce, pokud nejsou připravované s moukou, respektive strouhankou

Můžete mi prosím pomoci s vhodným výběrem pokrmu z Vašeho jídelního lístku, který splňuje výše uvedené podmínky?

HE SIDO DIAGNOSTICADO COMO CELÍACO

Podría ponerme enfermo si tomo cualquier alimento que contenga trigo, cebada, centeno, avena o los productos derivados de estos cereales. Esto incluye harina, pan, croissants, pastas, empanadillas, croquetas, rebozados, salsas, sopas, pasteles, galletas, bizcochos, malta, extracto de malta, muchos de los embutidos, extractos de caldos.

Los celíacos PODEMOS tomar, carne, pescado, huevos, verduras, legumbres, hortalizas, frutas, arroz, maíz, soja y patata. Estos alimentos deben de ser cocinados sin harina, es decir cocidos, asados, a la plancha, a la brasa o en su estado natural.

POR FAVOR, CUANDO PREPARE UNA COMIDA, SI TIENE ALGUNA DUDA, PREGUNTE.