

これはOKです:

- ・米 (ごはん/ライス)
- ・芋 (いも)
- ・生蕎 (きそば)
- ・片栗粉 (かたくりこ)
- ・他のアレルギー物
(例: 卵とか牛乳とかピーナツなど)
- ・「小麦なし」アレルギーメニューの物

これはダメです:



以下の材料はグルテンが入っています。

- ・全ての麦 (小麦、ライ麦、大麦)
- ・麦芽 (ばくが/モルト)
- ・ビール
- ・水飴 (みずあめ)
- ・飴湯 (あめゆ)
- ・澱粉 (デンプン)
- ・もう使った揚げ物の油
- ・タンパク加水分解物

これは危ないです:



以下の物に赤枠の物が入っているかどうか材料を調べて下さい。

- ・正油 (しょうゆ)
- ・蕎 (そば)
- ・酢 (す)
- ・チョコレート
- ・出汁 (だし)
- ・味シロップ
- ・味醂 (みりん)