



Hungarian Gluten Free Restaurant Card

Lisztérzékeny vagyok és nagyon szigorúan kell diétáznom.

Rosszul lehetek ha olyan ételt fogyasztok, amiben van liszt vagy búza-, rozs-, zab- vagy árpamag.

Van ebben az ételben liszt, búza-, árpa-, rozs- vagy zabmag?
Ha nem biztos abban mit tartalmaz az étel, kérem jelezze!

Olyan ételeket ehetem, amelyekben rizs, krumpli, zöldség, gyümölcs, tojás, só, hús, hal van amennyiben **azok nem liszttel, zsemlemorzsával, szósszal vagy tésztával készülnek.**

Köszönöm a segítségét.

[© Copyright Celiac Travel.com](http://www.celiactravel.com)