



## **Bahasa Gluten Free Restaurant Card**

Saya ada sejenis penyakit dinamakan Celiac disease di mana saya harus makan dengan berwaspada.

**Saya akan jatuh sakit kalau saya makan makanan yang mengandung bahan seperti tepung gandum / barley / oats / Rye.**

Adakah makanan ini mengandung bahan tepung gandum barley / oats / Rye? Jika kamu tak pasti tentang kandungan masakan ini, tolong beritahu saya.

**Ihanya boleh makan makanan seperti Nasi, kentang, sayuran, buahan, telur, cheese, susu, daging dan ikan. Asalkan jangan dimasak dengan bahan-bahan yang tersebut.**

**Terima kasih atas kerja sama anda.**

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