



Chinese (Simplified) Gluten Free Restaurant Card

你好，我有一种病叫乳糜泻，我不能吃含有麸质或面筋的食物

如果这道菜有任何面粉，淀粉，小麦，大麦，黑麦或者燕麦原料，或者你不清楚食物中含有什么，请告诉我

我可以吃

- 米饭，玉米，土豆，蔬菜，水果，鸡蛋，牛奶，鱼和肉

我不可以吃

- 酱油，黑醋（陈醋），料酒，豆瓣酱，辣椒酱，沙拉酱，蛋黄酱，包装高汤，调味奶酪（不是纯奶酪）
- 罐头肉，鸡蛋替代物，罐头豆制品
- 啤酒，速溶热饮，市售巧克力牛奶，大麦青汁，伏特加
- 燕麦片，烤坚果，肉丸子，炸薯条（一般用淀粉勾芡），能量棒，冰淇淋