



Flemish Gluten Free Restaurant Card

Ik lijd aan "gluten intolerantie" (ook gekend als "Coeliakie") en moet een zeer streng glutenvrij dieet volgen.

Het is daardoor mogelijk dat ik heel erg ziek word als ik voedsel eet dat bloem bevat van tarwe, rogge, gerst en haver of deze granen zelf.

Bevat dit voedsel meel of de granen zelf van tarwe, rogge gerst of haver? Als u niet zeker weet wat het voedsel bevat, wilt u me dat dan zeggen?

Ik mag voedsel eten dat rijst, mais, aardappelen, alle soorten groenten en fruit, kaas, melk vlees en vis bevat **zolang deze niet bereid zijn met één van de granen tarwe, rogge, gerst of haver als bindmiddel, in beslag of saus of als paneermiddel.**

Dank U wel voor uw hulp

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