



Greek Gluten Free Restaurant Card

Πάσχω από κοιλιοκάκη και πρέπει να ακολουθήσω αυστηρή διαίτα χωρίς γλουτένη.

Πρέπει οπωσδήποτε να αποφύγω φαγητά που περιέχουν αλεύρι ή σπόρους από σιτάρι, σίκαλη, κριθάρι ή βρώμη, ή και προπαρασκευασμένο ζυμό ή παράγωγά του, αλλιώς κινδυνεύω να αρρωστήσω σοβαρά.

Γνωρίζετε εάν αυτό το φαγητό περιέχει αλεύρι ή σπόρους από σιτάρι, σίκαλη, κριθάρι ή βρώμη, ή και προπαρασκευασμένο ζυμό ή παράγωγά του; Εάν δεν είστε απολύτως σίγουροι για τα συστατικά, παρακαλώ ενημερώστε με.

Μπορώ να φάω φαγητό που περιέχει ρύζι, αραβόσιτο, πατάτες, λαχανικά, φρούτα, αυγά, τυρί, γάλα, κρέας και ψάρι χωρίς πρόβλημα - εφόσον δεν περιέχει ή έχει μαγειρευτεί με οτιδήποτε από τα πιο πάνω συστατικά.

Ευχαριστώ για τη βοήθεια σας.

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