



## Slovak Gluten Free Restaurant Card

Mám alergiu / neznášanlivosť na:

lepok, pšenicu, raž, jačmeň a ovos a na všetky im odvodené produkty, napr. pšeničná múka, strúhanka, sójová omáčka a podobne.

**Požívanie jedál, omáčok alebo príloh obsahujúcich tieto ingrediencie spôsobí závažné zhoršenie môjho zdravotného stavu.**

Môžem požívať jedlá obsahujúce ryžu, kukuricu, zemiaky, mlieko, syry, vajíčka, všetky druhy mäsa, rýb, zeleniny a ovocia, pokiaľ nie sú pripravované s múkou resp. strúhankou.

Môžete mi prosím pomôcť s vhodným výberom z Vášho jedálneho lístka, ktorý spĺňa hore uvedené podmienky?

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