

Ukrainian

Українська

У мене Целіакія. Це означає, що глютен (клейковина) робить мене хворим. **Я не можу їсти харчі які у собі мають борошно чи зерно пшениці, ячменю, жита, або вівса.** Чи цей харч має в собі борошно або зерно пшениці, ячменю, жита, або вівса? Коли ви про це не певні, прошу мені запитати. Мені можна їсти риж, кукурудзу, бараболю, ярину й овочі, яйця, сир, молоко, м'ясо й рибу - **але тільки коли вони не варені або печені з мукою, тістом, хлібом, або соусом.**

Дякую вам за вашу поміч.