

1. Tôi không ăn món ăn cho bột mỳ. (xì dậu)
2. Nó làm tôi bị ốm.
3. Tôi ăn được cơm còm. (nước mắm)
4. Món ăn này có bột mỳ không?

Translation: Individual words: Tôi = I, không = no, ăn = food/eating, bột mỳ = wheat flour, xì dậu = soy sauce, còm = rice, nước mắm = fish sauce.

Sentences (divided into sections with translations):

1. Tôi - không - ăn món ăn cho - bột mỳ. (xì dậu)
I - don't - eat food which contains - wheat flour. (soy sauce)
2. Nó làm tôi bị ốm.
This makes me sick.
(not sure exactly what "this" means here, but it seemed to work fine in the context of the entire card)
3. Tôi - ăn được cơm - còm. (nước mắm)
I - can eat - rice. (fish sauce)
4. Món ăn này có - bột mỳ - không?
This food contains - wheat flour - does it?
= Does this food contain wheat flour?

[Get gluten free food wherever you are – Celiac Travel.com](#)

Warning: pronunciation of Vietnamese is very different and very challenging. It is recommended to hand out the printed card. You can find [over 30 celiac gluten free restaurant cards here.](#)

1. Tôi không ăn món ăn cho bột mì.
(Xì dầu)

2. Nó làm tôi bị ốm.

3. Tôi ăn được cơm cơm. (nước' mắm)

4. Món ăn này có bột mì không?