



Spanish Gluten Free Restaurant Card

Tengo una enfermedad que se llama celiacía y necesito seguir una dieta rigurosa sin gluten (libre de gluten).

Me podría poner muy enfermo en el caso de que comiera alimentos que contuvieran Gluten: harinas o granos de trigo, centeno, cebada y avena no certificada libre de gluten.

¿Contiene esta comida harinas o granos de trigo, centeno, cebada o de avena no certificada libre de gluten? Si tuviera alguna duda sobre el contenido de la comida, por favor comunicarlo.

Puedo comer alimentos que contienen arroz, maíz, patata (papas), todo tipo de verdura y fruta, huevos, queso, leche, carne, pollo y pescado - siempre que no hayan sido preparados o hayan tocado harina de trigo, rebozo, pan rallado, caldos de cubos o salsas incluyendo salsa soya. Favor servir mi comida sin salsa.

Muchas Gracias por su ayuda.

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