



Vietnamese Gluten Free Restaurant Card

Tôi có một căn bệnh gọi là bệnh Celiac và phải tuân theo một chế độ ăn uống nghiêm ngặt gluten miễn phí.

Vì vậy, tôi có thể trở thành bệnh nặng nếu tôi ăn thức ăn có chứa bột hoặc hạt lúa mì, lúa mạch đen, lúa mạch và yến mạch.

Điều này có chứa thực phẩm bột hoặc hạt lúa mì, lúa mạch đen, lúa mạch hoặc yến mạch? Nếu bạn đang ở tất cả các không chắc chắn về những gì thực phẩm có chứa, xin vui lòng cho tôi biết.

Tôi có thể ăn thức ăn có chứa lúa, ngô, khoai tây, các loại rau và trái cây, trứng, phô mai, sữa, thịt và cá - **miễn là họ không được nấu chín với bột mì, bột, breadcrumbs hoặc sốt.**

Cám ơn vì bạn đã giúp.

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