





BITTE BEACHTEN SIE  
FOLGENDE INFORMATIONEN

**Ich ernähre mich/Wir ernähren uns vegan  
(rein pflanzlich)**

Vegan lebende Menschen essen keine tierischen Lebensmittel, aus Verantwortung gegenüber Mensch, Tier und Umwelt.

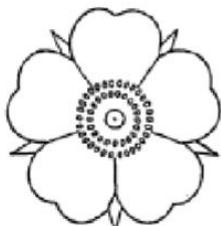
**Wir essen also kein:** Fleisch (auch kein Hackfleisch, Wurst, Schinken, usw.), Geflügel (Hähnchen, Ente usw.) Fisch (auch keine Schalentiere wie Muscheln, Krabben usw.), noch andere Lebensmittel tierischer Herkunft wie Milchprodukte (Butter, Käse, Quark, Joghurt usw.), Eier, Schweineschmalz (noch andere tierische Fette) noch Honig.

**Wir essen:** Kartoffeln, Reis, Nudeln (ohne Eier), Erbsen, Bohnen u.a. Hülsenfrüchte, Gemüse, Tomaten, Obst, Nüsse, Pilze; Brot und Gebäck (ohne tierische Fette hergestellt); Getreideprodukte, Sojaprodukte wie z.B. Tofu usw.

Verwenden Sie für Suppen und Sosser bitte Gemüsebrühe (keine Fleisch- bzw Hühnerbrühe). Zum Braten und Kochen bitte nur reines Pflanzenöl oder reine Pflanzenmargarine benutzen (keine Butter, Schmalz oder andere tierische Fette; Margarine ohne Zusatz von Sauermilch usw.).

**Wir freuen uns sehr über eine unseren Wünschen entsprechende Mahlzeit.**

**VIELEN HERZLICHEN DANK**



PLEASE READ THIS

**I am a vegan / We are vegans**

On principle, vegans do not eat anything of animal origin, - for the benefit of people, animals and the environment.

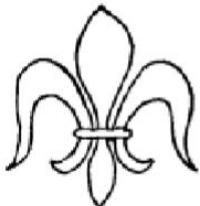
**So we do not eat:** meat (including minced meat, sausages, etc.), poultry (including chicken), fish, shellfish, or other animal products such as honey, eggs, milk, butter, cheese, or other dairy produce.

**But we do eat:** potatoes, rice, pasta (non-egg), beans, vegetables, tomatoes, fruits, nuts, mushrooms; breads or pastries made without animal fat; cereals and cereal products, etc.

Soups and sauces may be made with vegetable stock but not with meat or chicken extracts. Only pure vegetable oil or pure vegetable margarine may be used in cooking, not butter or any other animal fat.

**Please, can you provide a meal which meets our requirements?**

**THANK YOU VERY MUCH**



POUVEZ-VOUS LIRE CECI S'IL VOUS PLAÎT?

**Je suis végan (végétalien(ne)) / Nous sommes végans**

Par principe, les végans ne mangent aucun produit d'origine animale – dans l'intérêt des gens, des animaux et de l'environnement.

**Donc nous ne mangeons pas:** de viande (y compris hachis, saucisses, boudin), de volaille (y compris poulet), de poisson, de crustacés, coquillages ni fruits de mer; ni d'autres produits animaux tels que miel, oeufs, lait, beurre, fromage, et autres produits laitiers.

**Mais nous mangeons:** les pommes de terre, le riz, les pâtes (sans oeuf), les haricots, les légumes, les tomates, les fruits et fruits secs, les champignons; le pain et les pâtisseries faits sans matière grasse animale, sans oeufs, sans lait ni crème chantilly; les céréales et produits dérivés.

**S'il vous plaît, proposez un repas en accord avec ce texte.**

**MERCI BEAUCOUP**



PER CORTESIA, LE DISPIACEREbbe LEGGER  
CIÒ CHE SEGUE?

**Io sono vegano / Noi siamo vegani.**

Per principio, i vegani non si nutrono di nessun prodotto di origine animale, in modo che ne possano trarre beneficio persone, animali e l'ambiente.

**Di conseguenza, noi non mangiamo:** carne (tritata, salsiccia, salame, prosciutto, ecc.), pollame (compresa ogni tipo di selvaggina in genere), pesce, molluschi ed altri prodotti di origine animale quali miele, uova, latte, burro, formaggio, e prodotti derivati dal latte.

**Ma contrario noi mangiamo:** patate, riso, pasta (senza uova), fagioli, ortaggi, pomodori, frutta, nocciole, mandorle e frutti simili, funghi; pane o dolci prodotti senza utilizzare grassi di origine animale; cereali e derivati, ecc.

Zuppe, minestre, passati e salse possono essere preparate utilizzando dadi di origine vegetale senza estratti di carne di ogni tipo. Per la cottura si possono utilizzare olii o margarine vegetali, ma non burro e altri grassi di origine animale (es. strutto).

**Per cortesia, potete prepararci dei pasti che siano compatibili con le nostre esigenze?**

**GRAZIE**

**LE RUEGO QUE LEA ESTA INFORMACIÓN**

**Soy vegano / Soy vegana /  
Somos veganos / Somos veganas**



Quienes seguimos una dieta vegana no consumimos ningún producto de origen animal y mantenemos una postura ecológicamente responsable de respeto a los seres humanos, los animales y el medio ambiente.

**Por tanto los veganos/veganas NO comemos:** carne (incluida la carne picada y las salchichas), aves de corral (incluidos los pollos), pescado, mariscos u otros productos como la miel, los huevos, la leche, la mantequilla, el queso o cualquier otro producto lácteo.

**Los veganos/veganas SÍ comemos:** patatas (papas), arroz, pastas alimenticias (sin huevo), legumbres (judías, garbanzos, lentejas, guisantes, etc.), verduras, tomates, fruta, frutos secos, semillas, champiñones, pan o pastelería (preparada sin huevo ni grasa animal), cereales y productos a base de cereales o de soja como el tofu, etc.

Las sopas y salsas se pueden hacer con caldo vegetal, pero no con carne ni extracto de pollo. Para cocinar debe utilizarse siempre aceite puro vegetal o margarina pura vegetal y no la mantequilla ni ninguna otra grasa animal.

**GRACIAS PAR PREPARAR LA COMIDA SEGÚN  
NUESTRAS NECESIDADES**



SIUSPLAU LLEGEIXI AIXO:



**Soc vegà / Som vegans**

En principi, els vegans no consumeixen res que provingui d'un animal, pel benefici de les persones, els animals i el medi ambient.

**Així que no mengem pas:** Ni carn (incloent carn picada, salsitxes, botifarres, cansalada, etc..), ni aviram (incloent el pollastre), ni peix, ni marisc ni altres productes d'origen animal com la mel, ous, llet, mantega, formatge i els seus derivats.

**Però mengem:** Patates, arròs, pasta (sense ou), llegums, hortalisses, tomàquets, fruita, fruits secs, bolets, tot tipus de pa (sense llet o mel), cereals, etc...

Podem usar i consumir caldos i salses fetes amb caldo vegetal, no d'origen animal.

Només podem emprar olis d'origen vegetal en la cocción d'aliments, en cap cas mantega o altres greixos d'origen animal.

Podrien doncs fer-nos un àpat que compleixi els nostres requisits dietètics siusplau?

## MERCES

VEGAN AIRLINE MEAL CODE



# VGML

Vegan airline meal code

Код бортового питания для веганов

纯素食者航空餐饮代码

ভিগান এয়ারলাইনের থাদ্যনীতি

Spezialmenü-Buchungscode

Código para refeição vegan das companhias aéreas

Code IATA repas végétalien

वीगन एयरलाइन भोजन सुचकांक

رمز وجبات طعام خطوط الطيران للغذاء النباتي

(الحال من جميع مشتقات الحيوانات بما في ذلك البيض ومشتقات الحليب).

Código comida vegana linea aérea    Kodo manĝa vegana aerlinia

ヴィーガン（完全菜食）の航空機内食記号