

GLUTEN FREE RESTAURANT CARD (BAHASA)

Saya menderita penyakit gangguan saluran pencernaan dan harus mengikuti diet gluten yang ketat.

Kesehatan pencernaan saya akan terganggu apabila saya mengonsumsi makanan yang mengandung tepung terigu, gandum atau tepung rye, barli dan oat.

Apakah makanan ini mengandung tepung terigu, gandum atau tepung rye, barli dan oat? Jika kamu tidak yakin mengenai kandungan makanan ini, tolong beritahukan kepada saya.

Saya dapat mengonsumsi makanan yang mengandung nasi, jagung, kentang, semua jenis sayuran dan buah-buahan, telur, keju, susu, daging dan ikan - asal semuanya tidak diolah dengan tepung gandum, tepung terigu, tepung roti atau saus.

Terima kasih atas pertolongannya.

