

Jag har **CELIAKI**

Jag blir sjuk av gluten och måste äta en glutenfri diet.

Gluten finns i vete, råg, korn och havre, exempelvis i bröd, pasta, panering och såsredning.

Tack för hjälpen.



Svenska 

Hebreiska • רבעי

אני סובל ממחלת הצליאק

זה אומר שאני חייב לשמור על תזונה ללא גלוטן משום שגלוטן מזיק לי. חיטה, שיפון, שעורה ושיבולת שועל מכילים גלוטן והם נמצאים בלחם, פסטה, מוצרי מזון מצופים בפירורי לחם כגון אצבעות דג ורוטב/ציר שהוסמכו עם קמח חיט

אני מודה לך על עזרתך!

www.celiaki.se