

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



Ungerska • Magyar



Vagyok **LISZTÉRZÉKENY**

A gluténtól megbetegszem, ezért gluténmentes diétát kell tartanom.

Glutént tartalmaz a búza, a rozs, az árpa és a zab, ami megtalálható például a kenyérben, tésztában, panírban és szószokban.

Köszönöm a segítséget.

www.celiaki.se