

Jag är allergisk mot sojaprotein

Det innebär att jag inte kan äta eller dricka något som innehåller sojaprotein. Till exempel sojabönor, sojamjöl, sojaprotein och tofu.

Det är viktigt att det jag äter och dricker är fritt från sojaprotein så att jag inte blir sjuk.

Tack för hjälpen.



Svenska



Somaliska • Soomali



Waxaan ku caaroodaa ama qoonsadaa barotiinka sooyada

Taas micneheedu waxa weeye in aanan cabbi karin ama cuni karin waxyaalaha ay ku jiraan barotiinka sooyada. Waxaana ka mid ah digirta sooyada, burka sooyada laga sameeyey, barotiinka sooyada iyo tofu.

Haddaba, waxaa muhiim ah in aan cabbo ama cuno cuntooyin aysan ku jirin barotiinka sooyada si aanan u jirran ama bukoon.

Waxaan idiinka mahadnaqayaa gargaarkiinna.