



## Italian Gluten Free Restaurant Card

Sono affetto da celiachia (intolleranza al glutine), devo seguire una dieta assolutamente priva di glutine.

**Qualsiasi cibo contenente farina/amido di grano (frumento), segale, orzo, avena, farro, spelta, kamut e triticale può causarmi gravi malori.**

Mi può dire se questo cibo contiene farina di grano (frumento), segale, orzo, avena, farro, spelta, kamut o triticale? Se non è sicuro degli ingredienti di questa pietanza la prego di informarsi in cucina e di dirmelo.

Posso mangiare cibi contenenti riso, granoturco (mais), patate, qualsiasi verdura e frutta, uova, formaggio, latte, carne e pesce purchè non siano stati preparati con l'aggiunta delle farine a me vietate, pangrattato, pastella, crostini di pane o salse fatte con amidi e farine a me vietati.

Grazie per il suo aiuto, è molto importante.

[© Copyright Celiac Travel.com](http://www.celiactravel.com)