

ฉันเป็นโรคเซลิแอค (Celiac disease)

ฉันจำเป็นต้องรับประทานอาหารที่ปราศจากกลูเตนอย่างเคร่งครัด แม้กลูเตนเพียงเล็กน้อยก็อาจเป็นอันตรายต่อฉันได้

- โปรดอย่าใช้ข้าวสาลี ข้าวบาร์เลย์ ข้าวไรย์ หรือส่วนผสมที่ทำจากธัญพืชเหล่านี้ รวมถึงแป้งสาลี เกล็ดขนมปังทั่วไป และมอลต์จากข้าวบาร์เลย์ โปรดตรวจสอบซอส เครื่องปรุงรส และน้ำซุ๊ป รวมถึงซีอิ๊ว และใช้เฉพาะชนิดที่ยืนยันแล้วว่าปราศจากกลูเตน
- โปรดใช้เครื่องใช้ในครัว อุปกรณ์ และพื้นผิวเตรียมอาหารที่เพิ่งทำความสะอาด หรือแยกต่างหากจากที่ใช้กับอาหารที่มีกลูเตน โปรดป้องกันไม่ให้อาหารของฉันสัมผัสกับอาหารที่มีกลูเตน และอย่าใช้น้ำมันทอดที่เคยใช้ทอดอาหารที่มีกลูเตน

หากไม่สามารถยืนยันส่วนผสม วิธีเตรียมอาหาร หรือทั้งสองอย่างได้ โปรดแจ้งให้ฉันทราบ ในกรณีนั้น ฉันจะไม่รับประทานอาหารจานนั้น
ขอบคุณ

