我吃蛋奶素。

> **请为我准备蛋奶素餐食。**
>
> **我可以食用鸟类的蛋（例如鸡蛋、鸭蛋）、乳制品（包括黄油）和蜂蜜，但制作乳制品时不得使用动物凝乳酶。**

- **请不要使用肉类（包括禽肉）、鱼、鱼卵、海鲜、昆虫，或通过杀死动物获得的食材。**
- 例如，请不要使用以肉类、鱼、海鲜或骨头为原料的高汤，也不要使用含有上述原料或其他宰杀动物所得成分的鸡精、鸡汁、浓汤块等调味品。

  鱼露、蚝油、虾酱等调味品中，凡含有鱼类或海鲜成分的，也请不要使用。

  请不要使用动物明胶，也不要使用猪油、牛脂等宰杀动物所得的脂肪，包括牛油火锅底料中的牛脂。

  乳制品（包括奶酪）在制作时不得使用动物凝乳酶。

  上述限制同样适用于酱料和调味料；请核查所有自制或购买的酱料、调味料和高汤的配料。

如果您不能确定某种食材（包括乳制品制作时使用的凝乳酶）是否符合上述要求，或无法满足这些要求，请告诉我。

谢谢。