



Tack för er hjälp.

Det är viktigt att jag äter och dricker är fritt från vete, råg, korn och havre så att jag inte blir sjuk.

Det innebär att jag inte tål att äta eller dricka något som innehåller vete, råg, korn och havre. Till exempel mjöl, gryn, bröd, pasta, pizza, ströbröd, säsröd, såsredning och panering.



Jag är glutenintolerant

Svenska

Japanska-日本語

私はグルテン過敏症です。



そのため、例えば、小麦粉、穀類、パン、パスタ、ピザ、パン粉、ソースのつなぎ（ルー等）、料理のコロモ等の小麦粉、ライ麦粉、大麦粉、オート麦（カラス麦）粉を含む食品を食べたり、飲んだりすることができません。

大切なのはアレルギーの発病を避けるために、私が食べたり飲んだりする食品が小麦粉、ライ麦粉、大麦粉、オート麦（カラス麦）粉を含まないことなのです。

貴方のご協力に感謝します。