



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, säsrödning och panering.



Jag är glutenintolerant

Svenska

Malajiska – Bahasa Melayu

Saya tidak boleh mengambil gluten



Ini bermakna saya tidak boleh makan atau minum apa-apa yang mengandungi gandum, rai, barli dan oat. Sebagai contoh: tepung, bijiran, roti, pasta, piza, serbuk roti, pemekatan sos dan yang dilapis dengan gluten.

Ia adalah penting bahawa apa yang saya makan dan minum adalah bebas daripada gandum, rai, barli dan oat supaya saya tidak sakit.

Terima kasih atas bantuan anda.