



## **Nederlandse -Dieetinformatie**

Drager van deze kaart heeft coeliakie (glutenintolerantie). Het is absoluut verboden tarwe, rogge, haver en gerst te eten. Ook producten waarin deze granen zijn verwerkt zoals vermicelli, paneermeel en sauzen (bindmiddel) zijn zeer schadelijk. Elk contact met deze gluten bevattende granen/meelproducten moet vermeden worden! Bij twijfel wil ik QraaQ met u overleggen.

## **Italian**

Per ragione medicali mi e vietato di mangiare prodotti fatti di grano, di segale, d'orzo 0 d'avena dunque niente che sia preparato con farina 0 panato. Sono permessi mais, riso, patate, legumi, carne, etc .... e anche minestra e salse legati al amido.

## **French**

Pour des raisons medicales, il m'est interdit de manger des produits contenant du froment (ble), du siegle, de l'orge ou de l'avoine, donc egalement ce qui est pane ou lie avec de la farine. Le mais, le riz, les pommes de terre, les legumes, les viandes, etc ... me sont permis, ainsi que les soupes et les sauces liees avec de l'amidon (de mais) ou avec de la fecule de pomme de terre.

## **German**

Ich darf aus medizinischen Gründen keine Produkte aus Weizen, Roggen, Gerste oder Hafer essen, also auch nichts Panieren oder Mehl-Gebundenes. Mais, Reis, Kartoffeln, Gemüse, Fleisch usw.... Sind erlaube, auch Suppen und Saucen, die mit Maisstärke oder Kartoffelmehl gebunden sind.

## **Spanish**

Por orden medica me esta prohibido ingerir alimentos que deriven de trigo, avena, cebada y centeno por 10 tanto nada que sea apanado o espesado con harina, Maiz, arroz, patatas, verduras, carne, etc. estan permidos en mi dieta, asi tambien sopas y salsas espesadas con maicena 0 harina de patatas.

## **Scandinavia**

### **(Norway, Denmark, Sweden)**

Av medisinske grunner er jeg ikke tillatt aa spise noen produkter laget av eller med hvete, rug, bygg eller havre; heller ikke panering eller legering av disse kornsortene. Jeg kan spise mais, ris, poteter, gronnsaker, kjott, fisk osv. Kan ogsaa spise supper og sauser jevnet med mais eller potetstivelse.

This document may be reproduced for educational purpose only.

Other helpful information is available at [www.GLUTEN.net](http://www.GLUTEN.net).

Advances in celiac disease are fast-paced. If this document is more than 2 years old, please visit our Web site for updated documents.

This information should not be used to diagnose or treat anemia or celiac disease. For questions about anemia and celiac disease consult your healthcare team when considering this information.

Please consider your local GIG branch as another resource.

Gluten Intolerance Group (GIG)  
31214 – 124th Ave. S.E.  
Auburn, WA 98092-3667

Phone: 253-833-6655  
Fax: 253-833-6675

[www.GLUTEN.net](http://www.GLUTEN.net)  
[info@GLUTEN.net](mailto:info@GLUTEN.net)

GIG is a nonprofit 501c3 national organization providing support for persons with gluten intolerances, in order to live healthy, productive lives. GIG Branches provide support at a local level.