

The Celiac Association of Israel

Hebrew Restaurant Card

יש לי צליאק – אי סבילות לגלוטן. הגלוטן נמצא בחיטה, בשיפון, בשעורה (לתת), בשיבולת שועל, בכוסמין, ובכל מוצר שמכיל חומרים אלה. פירוש הדבר שאסור לי לאכול לחם, קרטונים, קרקרים, פסטה, עוגות, פשטידות, מאפים שונים, עוגיות, ורוב סוגי התבלינים, המרקים, הרטבים, הקינוחים וכד'.

אני יכול לאכול אורז, תירס, תפוחי אדמה, עמילנים שעשויים מחומרים אלה, ירקות ופירות. מותר לי לאכול גם בשר, דגים ועוף, אם אינם מעובדים או אם אינם מצופים בבליילה שמכילה קמח או בפירורי לחם.

אני יכול לאכול רטבים שאינם מכילים קמח חיטה. רוטב סויה מכיל בדרך כלל חיטה.

הכי טוב עבורי זה לאכול מזון פשוט, אפוי, צלוי או מבושל. אם הנכם משתמשים ברכיבי מזון שמיוצרים על ידי אחרים, אודה לכם אם תבדקו היטב שהם אינם מכילים גלוטן.

את האוכל שלי צריך להכין בנפרד מאוכל אחר, שמכיל גלוטן, על מנת שהוא לא "יזדהם" בגלוטן. חשוב להשתמש בכלים נקיים, ולא בכלים שנגעו בגלוטן, וכן לעבוד על משטח עבודה נקי מגלוטן. תודה לכם על הסבלנות וההבנה.

e-mail: office@celiac.org.il

web: www.celiac.org.il

The Celiac Association of Israel

Hebrew Restaurant Card

יש לי צליאק – אי סבילות לגלוטן. הגלוטן נמצא בחיטה, בשיפון, בשעורה (לתת), בשיבולת שועל, בכוסמין, ובכל מוצר שמכיל חומרים אלה. פירוש הדבר שאסור לי לאכול לחם, קרטונים, קרקרים, פסטה, עוגות, פשטידות, מאפים שונים, עוגיות, ורוב סוגי התבלינים, המרקים, הרטבים, הקינוחים וכד'.

אני יכול לאכול אורז, תירס, תפוחי אדמה, עמילנים שעשויים מחומרים אלה, ירקות ופירות. מותר לי לאכול גם בשר, דגים ועוף, אם אינם מעובדים או אם אינם מצופים בבליילה שמכילה קמח או בפירורי לחם.

אני יכול לאכול רטבים שאינם מכילים קמח חיטה. רוטב סויה מכיל בדרך כלל חיטה.

הכי טוב עבורי זה לאכול מזון פשוט, אפוי, צלוי או מבושל. אם הנכם משתמשים ברכיבי מזון שמיוצרים על ידי אחרים, אודה לכם אם תבדקו היטב שהם אינם מכילים גלוטן.

את האוכל שלי צריך להכין בנפרד מאוכל אחר, שמכיל גלוטן, על מנת שהוא לא "יזדהם" בגלוטן. חשוב להשתמש בכלים נקיים, ולא בכלים שנגעו בגלוטן, וכן לעבוד על משטח עבודה נקי מגלוטן. תודה לכם על הסבלנות וההבנה.

e-mail: office@celiac.org.il

web: www.celiac.org.il

The Celiac Association of Israel

Hebrew Restaurant Card

יש לי צליאק – אי סבילות לגלוטן. הגלוטן נמצא בחיטה, בשיפון, בשעורה (לתת), בשיבולת שועל, בכוסמין, ובכל מוצר שמכיל חומרים אלה. פירוש הדבר שאסור לי לאכול לחם, קרטונים, קרקרים, פסטה, עוגות, פשטידות, מאפים שונים, עוגיות, ורוב סוגי התבלינים, המרקים, הרטבים, הקינוחים וכד'.

אני יכול לאכול אורז, תירס, תפוחי אדמה, עמילנים שעשויים מחומרים אלה, ירקות ופירות. מותר לי לאכול גם בשר, דגים ועוף, אם אינם מעובדים או אם אינם מצופים בבליילה שמכילה קמח או בפירורי לחם.

אני יכול לאכול רטבים שאינם מכילים קמח חיטה. רוטב סויה מכיל בדרך כלל חיטה.

הכי טוב עבורי זה לאכול מזון פשוט, אפוי, צלוי או מבושל. אם הנכם משתמשים ברכיבי מזון שמיוצרים על ידי אחרים, אודה לכם אם תבדקו היטב שהם אינם מכילים גלוטן.

את האוכל שלי צריך להכין בנפרד מאוכל אחר, שמכיל גלוטן, על מנת שהוא לא "יזדהם" בגלוטן. חשוב להשתמש בכלים נקיים, ולא בכלים שנגעו בגלוטן, וכן לעבוד על משטח עבודה נקי מגלוטן. תודה לכם על הסבלנות וההבנה.

e-mail: office@celiac.org.il

web: www.celiac.org.il

The Celiac Association of Israel

Hebrew Restaurant Card

יש לי צליאק – אי סבילות לגלוטן. הגלוטן נמצא בחיטה, בשיפון, בשעורה (לתת), בשיבולת שועל, בכוסמין, ובכל מוצר שמכיל חומרים אלה. פירוש הדבר שאסור לי לאכול לחם, קרטונים, קרקרים, פסטה, עוגות, פשטידות, מאפים שונים, עוגיות, ורוב סוגי התבלינים, המרקים, הרטבים, הקינוחים וכד'.

אני יכול לאכול אורז, תירס, תפוחי אדמה, עמילנים שעשויים מחומרים אלה, ירקות ופירות. מותר לי לאכול גם בשר, דגים ועוף, אם אינם מעובדים או אם אינם מצופים בבליילה שמכילה קמח או בפירורי לחם.

אני יכול לאכול רטבים שאינם מכילים קמח חיטה. רוטב סויה מכיל בדרך כלל חיטה.

הכי טוב עבורי זה לאכול מזון פשוט, אפוי, צלוי או מבושל. אם הנכם משתמשים ברכיבי מזון שמיוצרים על ידי אחרים, אודה לכם אם תבדקו היטב שהם אינם מכילים גלוטן.

את האוכל שלי צריך להכין בנפרד מאוכל אחר, שמכיל גלוטן, על מנת שהוא לא "יזדהם" בגלוטן. חשוב להשתמש בכלים נקיים, ולא בכלים שנגעו בגלוטן, וכן לעבוד על משטח עבודה נקי מגלוטן. תודה לכם על הסבלנות וההבנה.

e-mail: office@celiac.org.il

web: www.celiac.org.il