

CELIAC DISEASE

EQUAL
EATS

EN040

I cannot eat gluten.

This means that I cannot eat food containing wheat, barley, rye, spelt, triticale or oats, even in small amounts, or I will get severely ill.

Gluten can be found in:

- Wheat flour
- Soy sauce
- Baked goods
- Soups
- Bread
- Sauces
- Pasta
- Dressing

Does this food contain gluten?



Caution! Please use clean gloves, utensils, surfaces, cookware, and frying oil when preparing my meal.
Thank you!

English

©2020
Equal Eats

ENFERMEDAD CELÍACA

EQUAL
EATS

ES040

No puedo comer gluten.

Esto significa que no puedo comer alimentos que contengan trigo, cebada, centeno, espelta, triticale o avena, incluso en pequeñas cantidades, o enfermaré gravemente.

Se puede encontrar gluten en:

- Harina de trigo
- Salsa de soja
- Productos de pastelería
- Sopas
- Pan
- Salsas
- Pasta
- Aderezos

¿Este alimento contiene gluten?



¡Precaución! Por favor, utilice guantes, utensilios, superficies, artículos de cocina y aceite de freír limpios cuando prepare mi comida. ¡Muchas gracias!

Spanish

©2020
Equal Eats