

## ENGLISH - ENGLANTI

I have coeliac disease. I have to follow a strict gluten-free diet. I cannot eat even small amounts of wheat, rye, barley, oats or foods containing them.

Could you please tell me which dishes are gluten-free?

My food must be prepared carefully to ensure that no wheat, barley, rye or oats gets mixed in the food from cooking utensils or surfaces, for example.

Thank you for your help.

---

Minulla on keliakia. Minun täytyy noudattaa tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa, kauraa tai niitä sisältäviä ruokia.

Voisitteko kertoa, mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia?

Ruokani täytyy valmistaa huolellisesti siten, ettei ruokaan sekoitu vehnää, ohraa, ruista tai kauraa, esimerkiksi työvälineistä tai pinnoilta.

Kiitos avustanne.