

 TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:

keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:

keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:

keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:

keliakialiitto.fi

 TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi TIEDOKSI KEITTIÖÖN**Gluteeniton ruokavalio**

- Sairastan keliakiaa.
- En voi käyttää pieniäkään määriä vehnän, ohran tai rukiin sisältämää gluteenia.
- Annoksen tulee säilyä gluteenittomana kaikissa valmistus- ja käsittelyvaiheissa.
- Tarkista raaka-aineiden gluteenittomuus pakkauksen ainesosaluettelosta.
- Valmista annos erillään gluteenia sisältävistä tuotteista erillisillä, puhtailla välineillä.
- Jos Sinulla on kysyttävää, vastaan mielelläni!

Muut ruokarajoitteeni:keliakialiitto.fi