

Gluten free Living gluten free
 Vivre sans gluten Nature sans gluten

À éviter : tout aliment contenant du gluten ou ayant été en contact avec celui-ci.

Intolérance au gluten
 La personne qui vous présente cette carte est atteinte de la maladie coéliqua. Une diète stricte sans gluten est nécessaire pour sa santé.*

Voici ce que vous devez savoir :

- Le gluten se retrouve dans le blé, le seigle et l'orge ainsi que l'avoine et tous leurs dérivés (kamut, épautre, triticale, malt, farines, épaississants, le pain, la chapelure, pâtes alimentaires, les sauces et les épices et autres)
- De plus, vérifiez la présence de gluten dans les ingrédients ou aliments suivant dont :

Amidon	Couscous	Goberge	Sucre à glacer
Arôme	Crouton	Noix ou arrachide rotie ou séchée	Vinaigre
Base de soupe	Dextrine	Poudre à pâte	Vinaigrette
Bonbon	Épaississant	Protéine végétale hydrolysée	Baume à lèvres
Charcuterie	Épice	Sauce, Sauce soya, Sauce Tamari	Médicament
Concentré	Extrait	Sauce Worcestershire	Pâte à modeler

En cas d'incertitude, abstenez-vous ou encore, référez-vous à cette personne!

**"Nature sans gluten" ne peut garantir la non-absorption de gluten, même après la présentation de cette carte. Restez vigilents et refusez tout aliment suspect.
 ©Tous droits réservés "Nature sans gluten" - Visitez : www.naturesansgluten.com

Gluten free Living gluten free
 Vivre sans gluten Nature sans gluten

À éviter : tout aliment contenant du gluten ou ayant été en contact avec celui-ci.

Intolérance au gluten
 La personne qui vous présente cette carte est atteinte de la maladie coéliqua. Une diète stricte sans gluten est nécessaire pour sa santé.*

Voici ce que vous devez savoir :

- Le gluten se retrouve dans le blé, le seigle et l'orge ainsi que l'avoine et tous leurs dérivés (kamut, épautre, triticale, malt, farines, épaississants, le pain, la chapelure, pâtes alimentaires, les sauces et les épices et autres)
- De plus, vérifiez la présence de gluten dans les ingrédients ou aliments suivant dont :

Amidon	Couscous	Goberge	Sucre à glacer
Arôme	Crouton	Noix ou arrachide rotie ou séchée	Vinaigre
Base de soupe	Dextrine	Poudre à pâte	Vinaigrette
Bonbon	Épaississant	Protéine végétale hydrolysée	Baume à lèvres
Charcuterie	Épice	Sauce, Sauce soya, Sauce Tamari	Médicament
Concentré	Extrait	Sauce Worcestershire	Pâte à modeler

En cas d'incertitude, abstenez-vous ou encore, référez-vous à cette personne!

**"Nature sans gluten" ne peut garantir la non-absorption de gluten, même après la présentation de cette carte. Restez vigilents et refusez tout aliment suspect.
 ©Tous droits réservés "Nature sans gluten" - Visitez : www.naturesansgluten.com

Gluten free Living gluten free
 Vivre sans gluten Nature sans gluten

À éviter : tout aliment contenant du gluten ou ayant été en contact avec celui-ci.

Intolérance au gluten
 La personne qui vous présente cette carte est atteinte de la maladie coéliqua. Une diète stricte sans gluten est nécessaire pour sa santé.*

Voici ce que vous devez savoir :

- Le gluten se retrouve dans le blé, le seigle et l'orge ainsi que l'avoine et tous leurs dérivés (kamut, épautre, triticale, malt, farines, épaississants, le pain, la chapelure, pâtes alimentaires, les sauces et les épices et autres)
- De plus, vérifiez la présence de gluten dans les ingrédients ou aliments suivant dont :

Amidon	Couscous	Goberge	Sucre à glacer
Arôme	Crouton	Noix ou arrachide rotie ou séchée	Vinaigre
Base de soupe	Dextrine	Poudre à pâte	Vinaigrette
Bonbon	Épaississant	Protéine végétale hydrolysée	Baume à lèvres
Charcuterie	Épice	Sauce, Sauce soya, Sauce Tamari	Médicament
Concentré	Extrait	Sauce Worcestershire	Pâte à modeler

En cas d'incertitude, abstenez-vous ou encore, référez-vous à cette personne!

**"Nature sans gluten" ne peut garantir la non-absorption de gluten, même après la présentation de cette carte. Restez vigilents et refusez tout aliment suspect.
 ©Tous droits réservés "Nature sans gluten" - Visitez : www.naturesansgluten.com

Gluten free Living gluten free
 Vivre sans gluten Nature sans gluten

À éviter : tout aliment contenant du gluten ou ayant été en contact avec celui-ci.

Intolérance au gluten
 La personne qui vous présente cette carte est atteinte de la maladie coéliqua. Une diète stricte sans gluten est nécessaire pour sa santé.*

Voici ce que vous devez savoir :

- Le gluten se retrouve dans le blé, le seigle et l'orge ainsi que l'avoine et tous leurs dérivés (kamut, épautre, triticale, malt, farines, épaississants, le pain, la chapelure, pâtes alimentaires, les sauces et les épices et autres)
- De plus, vérifiez la présence de gluten dans les ingrédients ou aliments suivant dont :

Amidon	Couscous	Goberge	Sucre à glacer
Arôme	Crouton	Noix ou arrachide rotie ou séchée	Vinaigre
Base de soupe	Dextrine	Poudre à pâte	Vinaigrette
Bonbon	Épaississant	Protéine végétale hydrolysée	Baume à lèvres
Charcuterie	Épice	Sauce, Sauce soya, Sauce Tamari	Médicament
Concentré	Extrait	Sauce Worcestershire	Pâte à modeler

En cas d'incertitude, abstenez-vous ou encore, référez-vous à cette personne!

**"Nature sans gluten" ne peut garantir la non-absorption de gluten, même après la présentation de cette carte. Restez vigilents et refusez tout aliment suspect.
 ©Tous droits réservés "Nature sans gluten" - Visitez : www.naturesansgluten.com