

Englanti (English)	2
Viro (Estonian)	3
Ranska (French)	4
Saksa (German).....	5
Kreikka (Greek).....	6
Italia (Italian)	7
Espanja (Spanish).....	8
Ruotsi (Swedish).....	9

ENGLANTI (English)

I have coeliac disease and have to adhere to a strict gluten-free diet. I cannot eat the smallest amount of wheat, rye, barley or oats or food containing them. I can eat meat, fish, fruits, vegetables, potatoes, rice, maize and buckwheat for example. Could you point out suitable dishes on your menu or those that can be made without wheat, rye, barley and oats?

Thank you for your help.

Sairastan keliakiaa ja sen vuoksi minun tarvitsee noudattaa tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa tai niitä sisältäviä ruokia. Voin syödä esimerkiksi lihaa, kalaa, kasviksia, hedelmiä, perunaa, riisiä, maissia ja tattaria. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat tällaisia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa ilman vehnää, ohraa, ruista tai kauraa?

Kiitos avustanne.

VIRO (Estonian)

Mul on haigus nimega tsöliaakia ning ma pean järgima ranget gluteenivaba dieeti. Ma ei tohi süüa vähimalgi määral nisu, rukist, otra ega kaera. Ma võin süüa näiteks riisi, maisi, tatart, kartuleid, liha, kala ja juurvilju. Palun, kas Te saaksite mulle viidata, millised toidud Teie menüüst on mulle sobilikud või valmistada minu toit gluteenivabalt?

Täna Teid abi eest!

Sairastan keliakiaa ja noudatan tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa. Voin syödä esimerkiksi riisiä, maissia, tattaria, perunaa, lihaa, kalaa ja kasviksia. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa gluteenittomiksi?

Kiitos avustanne.

RANSKA (French)

J'ai une maladie appelée Maladie coeliaque, je dois donc suivre un régime strict sans gluten. Je ne peux pas manger la moindre quantité de gluten (pas de blé, seigle, orge ou avoine). Je peux manger ce qui est à base, par exemple de maïs, sarrasin (non contaminé par le blé), les pommes de terre, la viande (sans sauce à base de farine), le poisson (sans chapelure et sans sauce à base de farine) et les légumes. Pouvez-vous, s'il vous plaît, m'indiquer les plats qui peuvent me convenir sur votre menu ou me préparer un plat sans gluten?

Merci pour votre aide.

Sairastan keliakiaa ja noudatan tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa. Voin syödä esimerkiksi riisiä, maissia, tattaria, perunaa, lihaa, kalaa ja kasviksia. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa gluteenittomiksi?

Kiitos avustanne.

SAKSA (German)

Ich habe eine Krankheit, die Zöliakie heißt, und muss eine strenge glutenfreie Diät einhalten. Ich darf nicht die geringste Menge von Weizen, Roggen, Gerste und Hafer essen. Ich darf z.B. Reis, Mais, Buckweizen, Kartoffel, Fleisch, Fisch und Gemüse essen. Können Sie mir bitte Speisen von Ihrer Speisekarte nennen, die für mich passend sind oder können Sie eine Speise ohne Gluten zubereiten?

Danke für Ihre Hilfe.

Sairastan keliakiaa ja noudatan tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa. Voin syödä esimerkiksi riisiä, maissia, tattaria, perunaa, lihaa, kalaa ja kasviksia. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa gluteenittomiksi?

Kiitos avustanne.

ΚΡΕΙΚΚΑ (Greek)

Υποφέρω από μια πάθηση η οποία ονομάζεται Νόσος Κοιλιοκάκη. Συνεπώς, πρέπει να ακολουθώ ένα αυστηρό διαιτολόγιο χωρίς γλουτένη. Δεν μπορώ να φάω την παραμικρή ποσότητα σιταριού, σίκαλης, κριθαριού ή βρώμης, καθώς ούτε και τρόφιμα τα οποία περιέχουν αυτά τα συστατικά. Μπορώ να φάω, για παράδειγμα, κρέας, ψάρι, λαχανικά, φρούτα, πατάτες, ρύζι, καλαμπόκι και φαγόπυρο. Θα σας παρακαλούσα να με ενημερώσετε για τα πιάτα του μενού σας που θα μπορούσα να καταναλώσω ή που θα μπορούσατε να ετοιμάσετε χωρίς όμως να χρησιμοποιήσετε σιτάρι, κριθάρι, σίκαλη ή βρώμη.

Σας ευχαριστώ για τη βοήθεια.

Sairastan keliakiaa ja sen vuoksi minun tarvitsee noudattaa tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa tai niitä sisältäviä ruokia. Voin syödä esimerkiksi lihaa, kalaa, kasviksia, hedelmiä, perunaa, riisiä, maissia ja tattaria. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat tällaisia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa ilman vehnää, ohraa, ruista tai kauraa?

Kiitos avustanne.

ITALIA (Italian)

Sono affetto da Celiachia e devo seguire una rigorosa dieta senza glutine. Non posso mangiare la minima traccia di frumento, orzo, segale ed avena. Posso mangiare riso, mais, grano saraceno, patate, carne, pesce, verdura. Potete indicarmi i piatti del vostro menù idonei alla mia dieta o prepararmi una pietanza senza glutine, per favore?

Vi ringrazio per l'aiuto.

Sairastan keliakiaa ja noudatan tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa. Voin syödä esimerkiksi riisiä, maissia, tattaria, perunaa, lihaa, kalaa ja kasviksia. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa gluteenittomiksi?

Kiitos avustanne.

ESPAÑA (Spanish)

Tengo una enfermedad llamada Celiacía y debo seguir una dieta estricta sin gluten. No puedo comer pequeñas cantidades de trigo, centeno, cebada y avena pero sí: arroz, maíz, alforfón, patatas, carne, pescado y verduras. ¿Podría indicarme qué plato del menú sería adecuado para mí o prepararme algún plato sin gluten, por favor?

Muchas gracias por su ayuda.

Sairastan keliakiaa ja noudatan tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa. Voin syödä esimerkiksi riisiä, maissia, tattaria, perunaa, lihaa, kalaa ja kasviksia. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa gluteenittomiksi?

Kiitos avustanne.

RUOTSI (Swedish)

Jag har en sjukdom som kallas Celiaki eller glutenintolerans och jag måste följa en strikt glutenfri diet. Jag kan inte äta något av vete, råg, havre eller korn. Jag kan äta till exempel ris, majs, bovete, potatis, kött, fisk eller grönsaker. Kan du på er meny peka ut vilka rätter som passar för mig och laga den utan gluten, tack?

Tack för hjälpen.

Sairastan keliakiaa ja noudatan tarkkaa gluteenitonta ruokavaliota. En voi syödä pieniäkään määriä vehnää, ruista, ohraa tai kauraa. Voin syödä esimerkiksi riisiä, maissia, tattaria, perunaa, lihaa, kalaa ja kasviksia. Voitteko kertoa minulle mitkä ruoka-annokset ovat gluteenittomia ruokalistallanne tai mitkä voidaan valmistaa gluteenittomiksi?

Kiitos avustanne.