

Día SIN GLUTEN en el cole

¿Sabes qué alimentos tienen gluten?

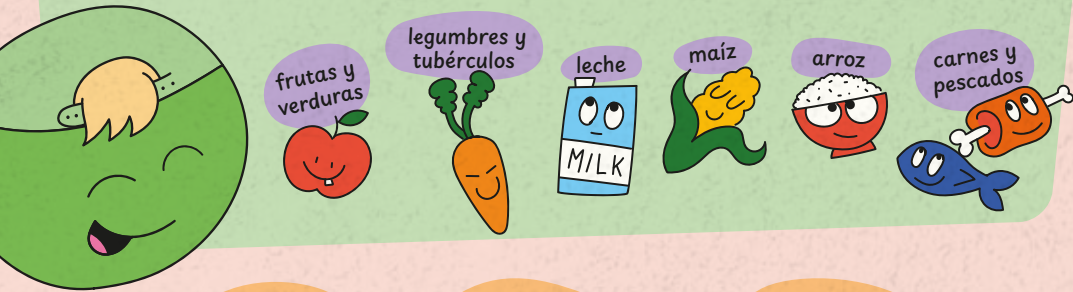


Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten

www.asociaciondecelíacos.org

LOS ALIMENTOS SIN GLUTEN SON...

¡Estos alimentos son seguros para los celíacos!



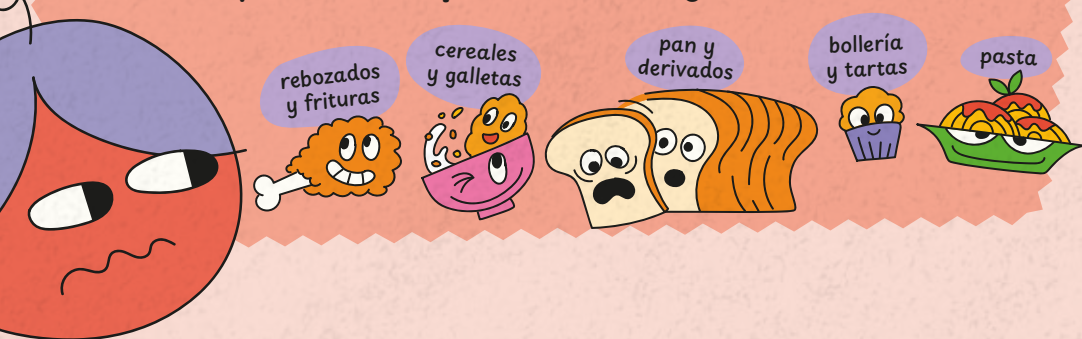
ESTOS ALIMENTOS PUEDEN TENER GLUTEN...

Antes de comerlos, hay que mirar la etiqueta para saber si tienen gluten.



LOS CELÍACOS NO PUEDEN COMER...

Los celíacos no pueden comer estos alimentos a menos que sean especiales "sin gluten".



¿DÓNDE ESTÁ EL GLUTEN?

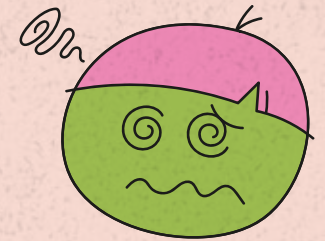
Trigo, cebada, centeno y avena.



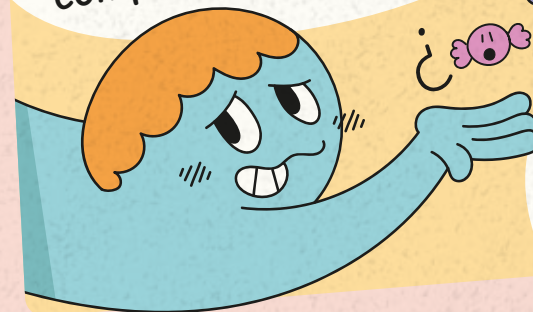
El gluten está en estos 4 cereales y en todo lo que se haga con ellos.

RECUERDA QUE...

si tu compañero celíaco toma algún alimento con gluten, se pondrá muy malito.



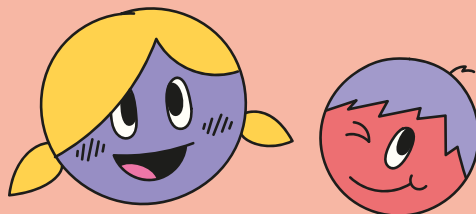
No debes intercambiar tus galletas o golosinas con tu compañero celíaco.



Cuando celebres tu cumpleaños en el cole, lleva caramelos etiquetados "sin gluten".

¡Ten cuidado con las migas si comes al lado de un compañero celíaco!





Asociación de Celíacos
y Sensibles al Gluten

www.asociaciondeceliacos.org

DANONE



maheso[®]



MERCADONA



Sam  Mills[®]
Healthier Food, Better Life



SDC SIN GLUTEN

