

DÍA SIN GLUTEN EN EL COLE

¿SABES QUÉ ALIMENTOS TIENEN GLUTEN?

SIN GLUTEN

Hortalizas, frutas, verduras, patatas, legumbres, arroz, carne, pescado, huevos, leche, maíz, etc.



PUEDEN TENER GLUTEN

Yogures de sabores, embutidos, postres, salsas, quesos fundidos, helados, chocolates, golosinas, etc.



CON GLUTEN

Alimentos que contienen trigo, cebada, centeno o avena (pan, harina, galletas, pizza, pasta italiana, cereales para desayuno, bollos, tartas, etc.)

