

The Gluten Free



ਸੇਲੀਏਕ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ  ਮੈਂ ਗਲੂਟਨ ਨਹੀਂ ਖਾ ਸਕਦਾ

ਗਲੂਟਨ ਦਾ ਆਮ ਸਰੋਤ

- ਰੋਟੀ
- ਸੂਪ
- ਬਰੂਅਰ ਦਾ ਖਮੀਰ
- ਟ੍ਰਾਈਟਿਕਲ/ਮਾਲਟ
- ਕਣਕ ਦਾ ਸਟਾਰਚ
- ਰਾਈ/ਜੌ



ਕੀ ਇਸ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਗਲੂਟਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

