



# CHEF CARD

DA MOSTRARE A CHI TI PREPARA/SERVE IL CIBO

Ritaglia la *chef card* lungo il bordo esterno, piegala a metà e incolla le due facce sul retro. Ti consigliamo di portarla sempre con te nel portafogli. È un valido mezzo per comunicare le tue allergie alimentari allo staff del ristorante o di qualsiasi altro esercizio pubblico, in Italia o all'estero, in cui devi consumare un pasto.

Nella pagina successiva troverai un elenco di alimenti allergenici, anche tradotti in inglese, così da poterli inserire nella *chef card*.

*Cut out the chef card along the perimeter, fold it and glue the two sides together.*

*You should always carry it in your wallet. It is an useful means to communicate your food allergies to restaurant staff or to whichever public place, in Italy or abroad, where you are going to eat.*

*In the next page you will find a list of major allergens, both in Italian and in English, with which you can fill in the chef card.*

✂

CHEF CARD

vers. italiano



**Ho una grave ALLERGIA alimentare**

a \_\_\_\_\_  
ed ai loro derivati.

Nel caso venissi a contatto con questi alimenti, anche se in piccolissima quantità (contaminazione accidentale), potrei avere una reazione allergica così grave da avere uno **shock anafilattico**, con la necessità di una somministrazione urgente di adrenalina.

**Potrebbe cortesemente indicarmi quali sono i piatti del menù che non contengono gli ingredienti menzionati?**

Chiedo anche la cortesia di pulire a fondo le mani con acqua e sapone, i piani di lavoro, gli utensili e le stoviglie che saranno utilizzati, per ridurre il rischio di contaminazioni. La ringrazio molto.



COPYRIGHT © BY FOOD ALLERGY ITALIA 2017

vers. inglese



**I have a severe food ALLERGY**

to \_\_\_\_\_  
and their derivatives.

Even if I eat only a minuscule amount of this, I will have an anaphylactic shock and I will need an epinephrine dose.

Could you please tell me what I can eat in your restaurant that does not contain any of the ingredients mentioned above?

I kindly ask to clean thoroughly work areas, surfaces, service areas, hands, utensils and equipment to remove traces of food allergens.

Thank you very much.



COPYRIGHT © BY FOOD ALLERGY ITALIA 2017

piega e incolla

COPYRIGHT © BY FOOD ALLERGY ITALIA 2004 - 2017  
Tutti i diritti riservati ®. Il contenuto di questa pubblicazione non può essere riprodotto, in tutto od in parte, archiviato o diffuso pubblicamente, per via elettronica od a mezzo stampa, fotocopia, microfilm o tramite qualsiasi altro mezzo, senza l'espressa autorizzazione scritta di FOOD ALLERGY ITALIA.



## Allergeni - *Allergens*

Latte	<i>Milk</i>
Uovo	<i>Egg</i>
Grano	<i>Wheat</i>
Arachidi	<i>Peanut</i>
Frutta a guscio	<i>Nut, Tree Nut, Hazelnut, Pine Nut, Almond, Pistachio Nuts</i>
Soia	<i>Soy</i>
Pesce	<i>Fish</i>
Crostacei	<i>Shellfish (Crustacean)</i>
Molluschi	<i>Shellfish (Mollusc)</i>
Semi di sesamo	<i>Sesame's Seeds</i>
Frutta	<i>Fruit</i>
Verdura	<i>Vegetables</i>
Sedano	<i>Celery</i>
Senape	<i>Mustard</i>
Lupini	<i>Lupins</i>
Additivi	<i>Additives</i>

COPYRIGHT © BY FOOD ALLERGY ITALIA 2004 – 2017  
 Tutti i diritti riservati ®. Il contenuto di questa pubblicazione non può essere riprodotto, in tutto od in parte, archiviato o diffuso pubblicamente, per via elettronica od a mezzo stampa, fotocopia, microfilm o tramite qualsiasi altro mezzo, senza l'espressa autorizzazione scritta di FOOD ALLERGY ITALIA.