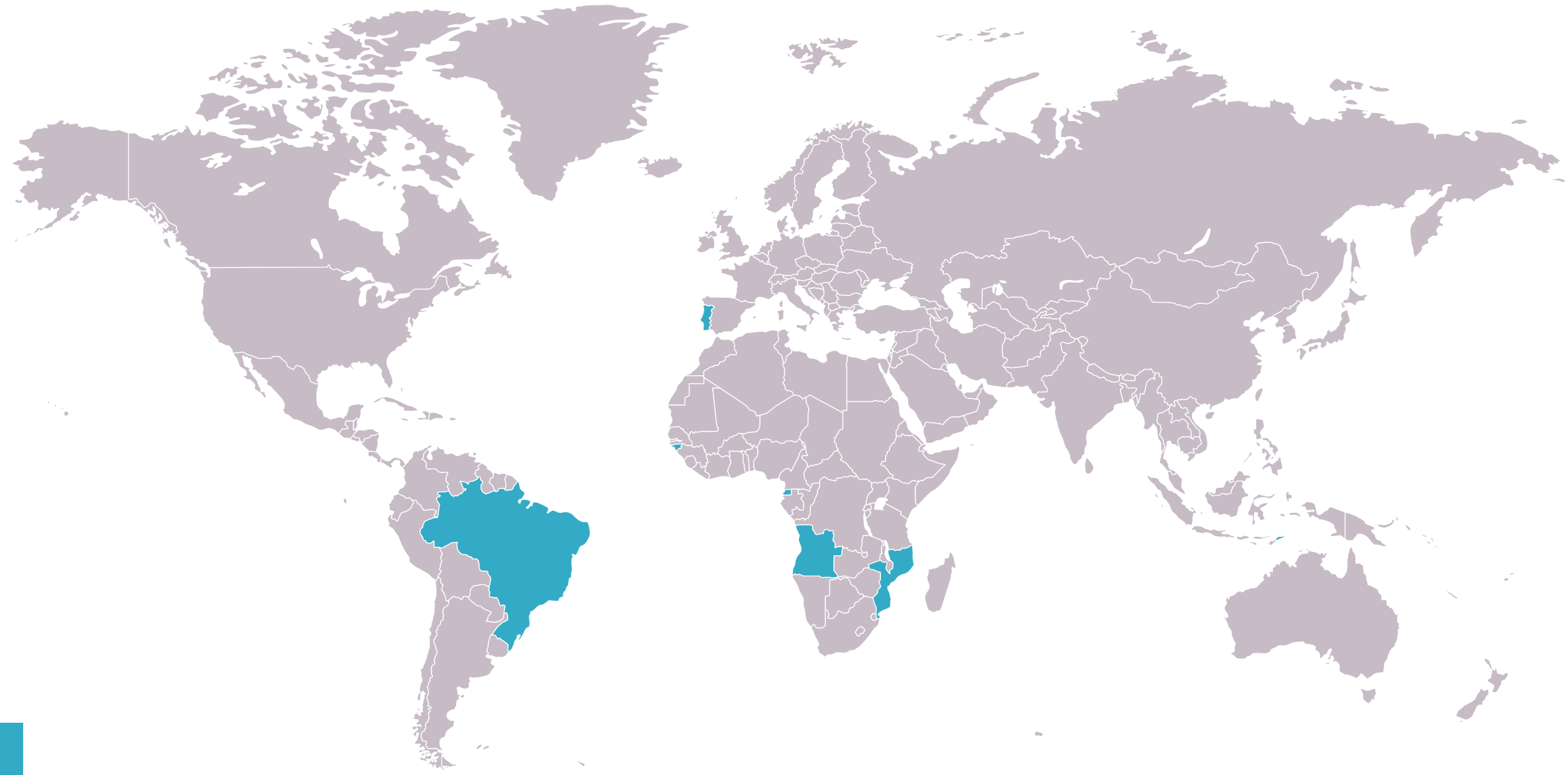




# PORTUGAIS



Nature & Cie



## LES BONNES ADRESSES

Você sabe uma loja que vende produtos sem glúten ?

Você sabe um restaurante que oferece pratos sem glúten ?

*Connaissez-vous un magasin qui vend des produits sans gluten ?*

*Connaissez vous un restaurant qui propose des plats sans gluten ?*

## AU RESTAURANT

Oi, eu sou glúten intolerante e eu tenho que seguir uma dieta estrita sem glúten. Eu não devo comer os alimentos que entende o trigo, a aveia, a cevada, o centeio ou o espelta. Eu também devo evitar o pão ralado e os molhos.

*Bonjour, je suis intolérant au gluten et je dois suivre un régime strict sans gluten. Je ne dois pas manger d'aliments comprenant du blé, de l'avoine, de l'orge, du seigle, du froment ou de l'épeautre. Il me faut également éviter la chapelure et les sauces.*

## QUESTIONS UTILES

Este prato contém trigo, a aveia, a cevada ou o centeio ?

Você pode preparar um prato sem estes ingredientes ?

Você tem pratos sem glúten ?

Que você propõe como pratos sem glúten ?

Sem molho, por favor.

*Ce plat contient-il du blé, de l'avoine, de l'orge ou du seigle ?*

*Pouvez-vous me préparer un plat sans ces ingrédients ?*

*Avez-vous des plats sans gluten ?*

*Que proposez-vous comme plats sans gluten ?*

*Sans sauce, s'il vous plaît.*