



How to use your chef card In addition to asking a lot of questions about the ingredients and preparation methods, carry a “chef card” that outlines the foods you must avoid. Present the card to the chef or manager for review.

Fold your card in half, then tape it together and store in your wallet. You can even laminate it to make it more durable. Be sure to make several copies in case you forget to retrieve it from the restaurant or to store in multiple locations.

This is an interactive PDF that will allow you to type your allergens directly onto the chef card.

Avvertenza: Allergie Alimentari

Ho una forma molto severa di allergie alimentari. Per evitare una reazione allergica letale devo evitare tutti i cibi che contengono:

FOLD
HERE

Avvertenza: Allergie Alimentari

Si chiede cortesemente il favore di accertarsi che il cibo che mi viene servito non contenga nessun ingrediente incluso nella lista a fronte. Si chiede inoltre che gli utensili, i macchinari da cucina e le superfici di lavoro vengano puliti immediatamente prima di essere utilizzati. GRAZIE per la vostra collaborazione.

© 2021 Food Allergy Research & Education | www.FoodAllergy.org

Avvertenza: Allergie Alimentari

Ho una forma molto severa di allergie alimentari. Per evitare una reazione allergica letale devo evitare tutti i cibi che contengono:

FOLD
HERE

Avvertenza: Allergie Alimentari

Si chiede cortesemente il favore di accertarsi che il cibo che mi viene servito non contenga nessun ingrediente incluso nella lista a fronte. Si chiede inoltre che gli utensili, i macchinari da cucina e le superfici di lavoro vengano puliti immediatamente prima di essere utilizzati. GRAZIE per la vostra collaborazione.

© 2021 Food Allergy Research & Education | www.FoodAllergy.org

English	Italian
Milk	Latticini
Egg	Uova
Tree Nut	Noci
Shellfish	Crostacei e Molluschi
Peanut	Arachidi
Fish	Pesce
Soy	Soia

English	Italian
Wheat	Grano
Gluten	Glutine
Sesame	Sesamo
Lupine	Lupini
Corn	Mais / Granoturco
Meat	Carne