

CHEF CARD TEMPLATE

for those with Food Allergy

How to use your chef card: In addition to verbally disclosing your allergy and asking a range 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.

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 copies in multiple locations.

Please see page 2 for list of specific tree nut translations. Do not print double-sided because of cut and paste instructions.

English

For more information about food allergies contact Allergy & Anaphylaxis Australia on 1300 728 000 or allergyfacts.org.au

For free food service e-training on allergens go to: foodallergytraining.org.au

THANK YOU FOR YOUR COOPERATION

- Chopping boards
- Knives & tongs
- Mixing bowls
- Utensils
- Pans & saucapans
- Surfaces

are used e.g.:

(hot soapy water) food preparation equipment and surfaces not contain these ingredients and that only **clean / washed** For my meal, can you please make sure that my food does

FOLD

Greek

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις τροφικές αλλεργίες, επικοινωνήστε με την Αλλεργία και Αναφυλαξία της Αυστραλίας (Allergy & Anaphylaxis Australia) στο 1300 728 000 ή στο allergyfacts.org.au

Για δωρεάν ηλεκτρονική εκπαίδευση υψηλής ποιότητας σχετικά με τα αλλεργιογόνα, επισκεφθείτε τον ιστότοπο: foodallergytraining.org.au

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΣΑΣ

- μαχαιρία & λαβίδες
- τηγάνια, ταψιά & επιφάνειες
- επιφάνειες κοπής
- μπολ ανάμιξης
- σκεύη


επιφάνειες καθαρισμού που χρησιμοποιούνται π.χ.:

καθαρό / πλυμένο (ή με ζεστό σαπουνό νερό) εξοπλισμός και για το γεύμα μου, μπορείτε σας παρακαλώ να διασφαλίσετε ότι το

FOLD


TO THE CHEF:

I have severe food allergy. To avoid a life-threatening allergic reaction, I must avoid all foods that contain / might contain:



ΠΡΟΣ ΤΟΝ ΣΕΦ:

Έχω σοβαρή τροφική αλλεργία. Προς αποφυγή μιας επικίνδυνης για τη ζωή μου αλλεργικής αντίδρασης, πρέπει να αποφεύγω όλα τα τρόφιμα που περιέχουν / μπορεί να περιέχουν:



Allergen – English
Peanut
Tree nuts
Egg
Milk
Shellfish
Fish
Soy
Wheat
Sesame
Lupin

Allergen – Greek
Φιστίκι
Ξηροί καρποί δέντρων
Αυγό
Γάλα
Οστρακοειδή
Ψάρι
Σόγια
Σιτάρι
Σουσάμι
Λούπινο

Tree nuts - English

Cashew

Pistachio

Walnut

Pecan

Almond

Macadamia nut

Brazil nut

Hazelnut

Pine nut

**Ξηροί καρποί με κέλυφος
(Ξηροί καρποί δέντρων) - Greek**

Φιστίκι κάσιους

Φυστίκι Αιγίνης

Καρύδι

Καρύδι πεκάν

Αμύγδαλο

Φουντούκι Μακαντάμια

Καρύδι Βραζιλίας

Φουντούκι

Κουκουνάρι

