

# Translated Chef Card Template

for people with allergy

## How to use your chef card:

As well as telling staff about your allergy, and asking questions about the ingredients and the way the meal is prepared, carry a 'chef card' that lists your food allergen/s.

Give the card to wait staff or chef so your meal can be made without your food allergen/s. The chef card should come back to you with your meal.

English

Greek

### To the Chef:

I have severe food allergy.

To avoid a life-threatening allergic reaction, I must avoid foods that have touched or contain



---

---

---

---

---

For more information about food allergies contact Allergy & Anaphylaxis Australia on 1300 728 000 or [allergyfacts.org.au](http://allergyfacts.org.au) For free food service e-training go to: [foodallergytraining.org.au](http://foodallergytraining.org.au)

THANK YOU

- Chopping boards
- Mixing bowls
- Utensils
- Knives & tongs
- Pots & pans
- Surfaces

Before making my meal, please wash food preparation equipment and surfaces with hot soapy water. This includes:

### Προς τον Σεφ:

Έχω σοβαρή αλλεργία σε τρόφιμα.

Για να αποφύγω μια αλλεργική αντίδραση που μπορεί να απειλήσει τη ζωή μου, πρέπει να αποφύγω τρόφιμα που περιέχουν ή έχουν έρθει σε επαφή με:



---

---

---

---

---

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις τροφικές αλλεργίες, επικοινωνήστε με τον οργανισμό Allergy & Anaphylaxis Australia στο 1300 728 000 ή επισκεφθείτε την ιστοσελίδα [allergyfacts.org.au](http://allergyfacts.org.au). Για δωρεάν διαδικτυακή εκπαίδευση για υπηρέτες εστιασίου, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: [foodallergytraining.org.au](http://foodallergytraining.org.au)

Πριν ετοιμάσετε το γεύμα μου, παρακαλώ πλύνετε τον εξοπλισμό και τις επιφάνειες προετοιμασίας τροφίμων με ζεστό νερό και σαπούνι. Αυτό περιλαμβάνει:

- Τα ξύλα κοπής
- Μπολ ανάμιξισης
- Μαχαίρια & Λαβίδες
- Επιφάνειες
- Κατσαρόλες & Τηγάνια

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ

# Translations

Allergen - English
Peanut
Tree nuts
Egg
Milk (dairy) including cheese, butter, cream, ice cream, ghee, yoghurt
Shellfish including shrimp, crab
Fish
Soy
Wheat
Sesame
Lupin

Αλλεργιογόνα - Greek
Αράπικα φιστίκια
Ξηροί καρποί
Αυγά
Γάλα (και όλα τα γαλακτοκομικά προϊόντα) συμπεριλαμβανομένων τυρί, βούτυρο, κρέμα γάλακτος, παγωτό, γκι, γιαούρτι
Οστρακοειδή συμπεριλαμβανομένων γαρίδων, καβουριών
Ψάρια
Σόγια
Σιτάρι
Σουσάμι
Λούπινο

Tree nuts - English
Almond
Brazil nut
Cashew
Hazelnut
Macadamia
Pecan
Pine nut
Pistachio
Walnut

Ξηροί Καρποί - Greek
Αμύγδαλα
Βραζιλιάνικα φιστίκια
Κάσιους
Φουντούκια
Μακαντάμια
Πεκάν
Κουκουνάρι
Φιστίκια Αιγίνης
Καρύδια

