

# 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.

English

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

**THANK YOU FOR YOUR COOPERATION**

- Knives & tongs
- Chopping boards
- 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

Vietnamese

Muốn biết thêm thông tin về dị ứng thực phẩm, xin liên lạc với  
Dị ứng & Sốc phản vệ Úc Đại Lợi (Allergy & Anaphylaxis Australia)  
qua số 1300 728 000 hoặc [allergyfacts.org.au](http://allergyfacts.org.au)  
Muốn có tài liệu huấn luyện miễn phí dành cho dịch vụ thực  
phẩm về các chất gây dị ứng, hãy truy cập: [foodallergytraining.org.au](http://foodallergytraining.org.au)

**CẢM ƠN QUÝ VỊ ĐÃ HỢP TÁC**

- dao & kếp
- chảo lớn & chảo nhỏ
- các bề mặt
- tô tròn
- thớt


(nóng), ví dụ:

và bề mặt chế biến thức ăn sạch/đã rửa (bằng nước xà-bông ăn không có các thành phần này và chỉ sử dụng các dụng cụ Đối với bữa ăn của tôi, xin ông/bà làm ơn bảo đảm rằng thức

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:**



FOLD

**GỬI ĐẦU BẾP:**

**Tôi bị dị ứng thực phẩm trầm trọng. Để tránh phản ứng dị ứng nguy hiểm đến tính mạng, tôi phải tránh tất cả các loại thức ăn có/có thể có:**



FOLD

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

Allergen – Vietnamese
Đậu phộng
Hạt cây
Trứng
Sữa
Thủy sản có vỏ
Cá
Đậu nành
Lúa mì
Vừng (Mè)
Lupin