

Será que tem trigo?



ATENÇÃO COM OS ALIMENTOS DESSA LISTA!

Às vezes, são feitos com trigo ou derivados!

Alfajor
Alimentos empanados e fritos
Almôndega
Amido (ex. modificado, vegetal, gelatinizado)
Barra de cereal (algumas)
Bife à milanesa
Biscoitos/bolachas
Bolos
Bombons
Brownie
Caldo de carne ou legume
Carnes processadas
Casquinha de sorvete
Cereais
Cerveja
Churros
Confeitos
Couscous marroquino
Crepe
Crumble
Cupcake
Donuts
Empada



Leia sempre o rótulo e o alerta para alérgicos, se houver!



Farelo
Farinha de rosca
Farinha Graham
Fécula
Feijão (alguns restaurantes engrossam caldo com farinha)
Folhado/folheado
Glúten
Goma/amido vegetal
Hambúrguer
Hóstia
Kafta
Kebab
Leite maltado
Macarrão
Maionese (algumas)
Marshmallow (alguns)
Matzá
Mil folhas
Misturas prontas para bolo
Misturas prontas para pães
Molho branco
Molho de salada (alguns)
Molho de soja (alguns)
Molhos/caldos processados
Mostarda (algumas)
Muffin
Nuggets
Pães
Panetone
Panqueca



Converse sempre com quem preparou o alimento. Na dúvida, não coma!



Pão de mel
Pavê
Pizza
Profiteroles
Proteína vegetal hidrolisada
Quibe
Quiche
Rocambole
Salgado de festa
Salgadinhos
Seitan
Sêmola dura
Semolina
Sopas e cremes
Sorvete e picolé
Suplemento esportivo
Suflê
Surimi
Tabule
Torrada
Torta
Trigo Kamut
Trigo vermelho
Triguilho
Triticale
Waffle
Wrap

