

Celiaquía y Alimentación

Si te diagnosticaron celiacía, llevar día a día una alimentación saludable libre de gluten sin TACC es importante para que disfrutes de una buena calidad de vida.

Alimentación libre de gluten sin TACC, SALUDABLE Y VARIADA

Alimentos que naturalmente NO presentan
gluten en su composición:

ELEGÍ
ALIMENTOS
FRESCOS



FRUTAS



VERDURAS



CARNE
VACUNA



POLLO



PESCADOS



HUEVOS



Ministerio de
Desarrollo Social
Argentina

Argentina unida

MINISTERIO DE DESARROLLO
DE LA COMUNIDAD



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE
BUENOS AIRES

Alimentos mínimamente procesados **DEBEN SER:**

Envasados de origen (no sueltos), declarados libres de gluten sin TACC con sus logos correspondientes; estar en el listado oficial de la ANMAT .



Leche y Quesos



Legumbres

Legumbres

Lentejas,
Porotos,
Garbanzos



Cereales y sus harinas

Cereales aptos y sus harinas

Arroz,
Maíz
Quínoa



Frutos Secos

Frutos Secos

Nueces
Almendras
Maní



Semillas y sus aceites

Semillas y sus Aceites

Girasol, Sésamo,
Lino, Chía.
Aceites (girasol,
oliva, maíz)