

myfoodprofile basic 1



Zboża zawierające gluten

Gluten

Mąka jęczmienna

Mąka orkiszowa

Mąka pszenna

Mąka żytnia

Otręby owsiane



Produkty mleczne i jajka

Beta-laktoglobulina

Białko jajka (kurze)

Kazeina

Mleko kozie / Ser kozie

Mleko krowie

Mleko owcze / Ser owczy

Żółtko jajka (kurze)



Mięso

Kurczak

Wieprzowina

Wołowina



Warzywa

Dynia Hokkaido

Marchewka

Mieszanka cebula, szalotka

Mieszanka grzybów 1 (bocznik ostrygowaty, pieczarka, grzyb shiitake, kurka)

Mieszanka kapust (brokuły, kapusta biała, kapusta włoska)

Mieszanka por, szczypiorek

Pomidor

Słodki ziemniak

Ziemniak



Rośliny strączkowe

Mieszanka fasoli (fasola biała, fasolka szparagowa, fasola kidney)

Soczewica

Ziarno soi



Zioła i przyprawy

Czosnek

Ziarno gorczycy



Zboża bezglutenowe i alternatywne produkty żywnościowe

Kukurydza

Mąka gryczana

Proso

Ryż



Orzechy i nasiona

Migdał

Orzech laskowy

Orzech włoski

Orzeszek ziemny

Siemię lniane



Ryby i owoce morza

Dorsz

Łosoś

Krewetki

Tuńczyk



Owoce

Banan

Figa

Jabłko

Kiwi

Mieszanka cytrusów (cytryna, pomarańcza)

Mieszanka winogron (ciemne winogrono, jasne winogrono, rodzynki)



Różne

Czarna herbata

Kawa

Mieszanka drożdży (drożdże piekarnicze, drożdże piwne)

Miód

Ziarno kakaowca