













myfoodprofile mediterranean basic 1

 Glutenhaltige Getreide	 Gemüse
Dinkelmehl	Pilz-Mix 1 (Austernpilz, Champignon, Shiitake-Pilz, Pfifferling)
Gerstenmehl	Sellerie
Gluten	Spinat
Haferkleie	Tomate
Weizenmehl	Zucchini
 Glutenfreie Getreide & alternative Nahrungsmittel	Zwiebel
Buchweizenmehl	 Milchprodukte & Ei
Mais	Eigelb (Huhn)
Reis	Eiweiß (Huhn)
 Hülsenfrüchte	Kuhmilch
Erbse	Schafsmilch
Leguminosen-Mix (Saubohne, Kidneybohne, Kichererbse, Linse)	Ziegenmilch
Sojabohne	 Fleisch
 Nüsse & Samen	Huhn
Nuss-Mix (Walnuss, Haselnuss, Mandel, Erdnuss)	Lamm
 Obst	Rind
Ananas	Schwein
Apfel	Truthahn
Banane	 Fisch & Meeresfrüchte
Birne	Kabeljau
Erdbeere	Lachs
Früchte-Mix (Pfirsich, Aprikose, Kirsche, Pflaume)	Meeresfrüchte-Mix (Sepia, Kalmar, Krake)
Kiwi	Schalentier-Mix (Miesmuschel, Venusmuschel)
Wassermelone	Thunfisch
Weintraube (hell, blau)	 Kräuter & Gewürze
Zitrus-Mix (Zitrone, Orange)	Knoblauch
 Gemüse	Pfeffer-Mix (Cayennepfeffer, schwarzer Pfeffer)
Aubergine	 Verschiedenes
Karotte	Backpulver
Kartoffel	Bierhefe
Kohl-Mix (Brokkoli, Weißkohl, Wirsing)	Genussmittel-Mix (Kaffee, Kakaobohne, schwarzer Tee)
Kopfsalat	
Paprika	