

# 44 voedingsmiddelen

## Groenten

Broccoli  
Knolselderij  
Komkommer  
Paprika  
Rode kool  
Sojaboon  
Tomaat  
Wortel

## Fruitsoorten

Ananas  
Framboos  
Kers  
Watermeloen

## Glutenbevattende granen

Gerst  
Gluten  
Rogge  
Spelt  
Tarwe

## Specerijen & kruiden

Kerrie  
Knoflook  
Mierikswortel  
Mosterdzaad

## Vis & Zeevruchten

Kabeljauw  
Rivierkreeft

## Granen zonder gluten

Haver

## Melkproducten

Geitenmelk, kaas  
Gestremde kaas (koe)  
Koeienmelk  
Schapenmelk, - kaas  
Zure melkproducten koe

## Eieren

Kippenei

## Gist

Gist

## Vlees

Kip  
Rundvlees  
Varkensvlees

## Zaden & Noten

Amandel  
Hazelnoot  
Lijnzaad  
Maandzaad  
Pinda  
Pistachenoot  
Zonnebloempitten

## Champignons

Gewone oesterzwam

## Koffie & thee

Koffie

## Zoetstoffen

Honing