

HALTBARE LEBENSMITTEL FÜR ALLERGIKER

Glutenfreie Lebensmittel	Laktosefreie Lebensmittel
<p>Nüsse Hülsenfrüchte Fleisch, Fisch, Meeresfrüchte Eier Milchprodukte naturbelassen Obst, Gemüse Getreide: Hirse, Buchweizen, Mais, Reis Amaranth, Quinoa, glutenfreier Hafer Nicht aromatisierte Öle und Fette</p>	<p>Pflanzliche Milch aus Soja, Mandeln, Kokos, Reis, Hafer Laktosefreie Milch Hülsenfrüchte, Tofu Alle Getreidesorten Fisch, Meeresfrüchte Fleisch, Geflügel Eier, Butter Hart- und Schnittkäse Obst, Gemüse Dunkle Schokolade, Sorbet</p>
Fructosearme Lebensmittel	Eigene Einträge
<p>Eier Brot ohne Zucker Butter, Käse Joghurt, Quark ungesüßt Fleisch Fisch, Meeresfrüchte Grüne Blattgemüse Tomaten, Kohl, Sellerie Grüne Bohnen</p>	