













myfoodprofile mediterranean basic 1

 Cereali contenenti glutine	 Verdura
Crusca d'avena	Patata
Farina di farro	Peperone
Farina di grano	Pomodoro
Farina d'orzo	Sedano
Glutine	Spinaci
 Cereali senza glutine & alimenti alternativi	Zucchina
Farina di grano saraceno	 Latticini & uova
Mais	Albume d'uovo (gallina)
Riso	Latte di capra
 Legumi	Latte di pecora
Mix di legumi (fave, fagioli comuni, ceci, lenticchie)	Latte vaccino
Pisello	Tuorlo d'uovo (gallina)
Soia	 Carne
 Noci & semi	Agnello
Mix di noci (noci, nocciole, mandorle, arachidi)	Maiale
 Frutta	Manzo
Ananas	Pollo
Banana	Tacchino
Cocomero	 Pesce & frutti di mare
Fragola	Merluzzo
Kiwi	Mix di frutti di mare 1 (seppia, calamaro, polpo)
Mela	Mix di frutti di mare 2 (cozze, vongole)
Mix di agrumi (limone, arancia)	Salmone
Mix di frutta (albicocca, ciliegia, pesca, susina)	Tonno
Pera	 Erbe & spezie
Uva (bianca, nera)	Aaglio
 Verdura	Mix di pepe (pepe di Cayenna, pepe nero)
Carota	 Varie
Cipolla	Lievito di birra
Lattuga	Lievito in polvere
Melanzana	Mix di alimenti voluttuari (caffè, semi di cacao, tè nero)
Mix di cavoli (broccoli, cavolo bianco, cavolo verza)	
Mix di funghi 1 (orecchioni, champignon, shiitake, finferli)	