











myfoodprofile vegetarian extended 1

 Cereali contenenti glutine	 Frutta	 Latticini & uova
Crusca d'avena	Albicocca	Albume d'uovo (gallina)
Farina di farro	Ananas	Formaggio Emmental
Farina di grano	Avocado	Latte di cammella
Farina d'orzo	Bacche di goji	Latte di giumenta
Farro medio	Banana	Latte/formaggio di capra
Glutine	Ciliegia	Latte/formaggio di pecora
Kamut	Kiwi	Latte vaccino
Piccolo farro	Lampone	Mozzarella
 Cereali senza glutine & alimenti alternativi	Mela	Tuorlo d'uovo (gallina)
Amaranto	Mirtillo	Yogurt
Farina di grano saraceno	Mix di agrumi (limone, arancia)	 Pesce & frutti di mare
Mais	Mix d'uva (uva nera, uva bianca, uva passa)	Alga marina
Miglio	Pera	<i>Spirulina</i> spp.
Quinoa	Pesca	 Erbe & spezie
Riso	Rabarbaro	Aglio
Teff	Susina	Basilico
 Legumi	 Verdura	Cannella
Ceci	Asparago	Coriandolo
Lenticchie	Barbabietola rossa	Cumino dei prati
Mix di fagioli (fagioli bianchi, fagioli verdi, fagioli comuni)	Carota	Luppolo
Pisello	Cavolfiore	Mix di menta (menta piperita, menta)
Semi di lupino	Cavolo rapa	Origano
Soia	Finocchio	Peperoncino
Tofu	Giaco	Prezzemolo
 Noci & semi	Melanzana	Rosmarino
Arachide	Mix di cavoli (broccoli, cavolo bianco, cavolo verza)	Semi di senape
Mandorla	Mix di cipolle (cipolla, scalogno)	Timo
Nocciola	Mix di porri (porro, erba cipollina)	Vaniglia
Noce	Mix di funghi 1 (orecchioni, champignon, shiitake, finferli)	Zenzero
Noce di cocco	Patata	 Varie
Pinoli	Patata dolce	Agar agar
Pistacchio	Peperone	Mix di lieviti (lievito da panificazione, lievito di birra)
Semi di anacardo	Pomodoro	Farina di carruba
Semi di canapa	Radice di manioca	Caffè
Semi di chia	Sedano	Seme di cacao
Semi di girasole	Spinaci	Maca
Semi di lino	Topinambur	Mate
Sesamo	Zucca di Hokkaido	Semi di colza
		Tè nero