

MAISTO PRODUKTŲ SĄRAŠAS

Javai ir sėklos

Avižos, kviečiai paprastieji (lenkiški), burnotis, aguonos, miežiai, moliūgo sėklos, griekiai bolivinės balandos sėklos (kvinoja), kedrinės pinijos, rapsai, kukurūzai, ryžiai, durum kviečiai (kietagrūdžiai), rugiai, eikorn kviečiai (laukiniai vienagrūdžiai), sezamo sėklos, emmer kviečiai (dvigrūdžiai), spelta, glitimas, saulėgražos, kanapių sėklos, kviečiai, linų sėmenys, kviečių sėlenos, lubinų sėklos, kviečių gliadinai Tri a Gliadin, salyklas (miežių), kviečių želmenys, soros.

Pienas ir kiaušiniai

Pasukos, karvės pienas Bos d 8*(kazeinas), camembert sūris, buivolės pienas, ementalio sūris, kupranugarės pienas, gouda sūris, ožkos pienas, grūdėta varškė, ožkos pieno sūris, karvės pienas, avies pienas, mozzarella sūris, avies pieno sūris, parmezano sūris, kiaušinio baltymas, karvės pienas Bos d 4*, kiaušinio trynys, karvės pienas Bos d 5*, putpelės kiaušinis.

Valgomieji grybai

Baravykai eringi (karališkosios kreivabudės), voveraitės, gluosninės kreivabudės, enoki (juodkotės ugniabudės), pievagrybiai.

Mėsa

Antiena, vištiena, jautiena, kalakutiena, veršiena, triušiena, elniena, ėriena, ožkiena, strutiena, tauriojo elnio mėsa, kiauliena, arkliena, šerniena.

Riešutai

Migdolai, pekano (karijos) riešutai, braziliški (bertoletijos) riešutai, kokoso pienas, anakardžio riešutai, pistacijos, kokosas, graikiniai riešutai, lazdyno riešutai, kaštainiai, kolamedžio riešutai, valgomoji viksvuolė, makadamijos riešutai.

Žuvis ir jūrų gėrybės

Atlanto menkė, širdutės (moliuskai), Atlanto silkė, jūrinės ausinukės (moliuskai), jūrinis ešerys, midijos, karpis, krabas, ungurys, ikrai, ančiuviai, omaras, sardinės, plačiažnyplis vėžys, plekšnė, paprastoji šiaurinė krevetė, dorada, aštuonkojis, juodadėmė menkė, šukutės, jūros lydeka, sepija, skumbrė, krevetės, jūrų velnias, kalmarai, lašiša, veneridos (moliuskai), jūrų liežuvis, austrės, upėtakis, lenktasis peilenis (moliuskas), tunas, karosas, otas, lydeka, kardžuvė, dyglioji raja.

Vaisiai

Obuoliai, arbūzai, abrikosai, gervuogės, bananai, mėlynės, greipfrutai, vyšnios, kiviai, spanguolės, citrinos, datulės, laimas (žalioji citrina), šėivamedžio uogos, mangai, figos, melionai, agrastai, nektarinai, vynuogės, apelsinai, ličiai, papaja, šilkmedžio uogos, pasiflora, dumpliniai, persikai, razinos, kriaušės, avietės, ananasas, raudonieji serbentai, slyvos, braškės, granatai, mandarinai.

Ankštinės daržovės

Baltosios pupelės, cukriniai žirniai, šparaginės pupelės, žemės riešutai, lęšiai, soja, spindulinė pupuolė (Mung pupelės), tamarindas, žirniai, avinžirniai.

Kava ir arbata

Kava, aliejinė moringa, kakava, pipirmėtės, ramunėlės, juodoji arbata, kinrožės, žalioji arbata, jazminai.

Daržovės

Morkos, šparagai, brokoliai, cukinijos, briuselio kopūstai, baltieji gūžiniai kopūstai, gūžiniai kopūstai, bambuko ūgliai, kalafiorai, kaparėliai, salierai gumbiniai, cikorija, salierai stiebiniai, askaloniniai česnakai, lapiniai burokėliai, salotinės trūkažolės, pekino kopūstai, česnakai, agurkai, valgomieji krenai, baklažanai, kiwano (raguotieji moliūgai), lapiniai kopūstai, salotinės sultenės, kaliaropės, didžioji dilgelė, porai, kininiai bastučiai, alyvuogės, muskusiniai (sviestiniai) moliūgai, svogūnai, hokkaido moliūgai, šalotiniai svogūnai, radicchio salotos, pastarnokai, šalotiniai svogūnai, bulvės, rėžiukai, ridikėliai, laiškiniai česnakai, burokai, artišokai, raudonieji kopūstai, gražgarstės (rukola), špinatai, avokadai, pomidorai, pankoliai, saldžiosios bulvės (batatai), savojos kopūstai, ropės, romanesco žiediniai kopūstai, meškinis česnakas.

Prieskoniai

Anyžius, citrinžolė, bazilikas, mairūnas, lauro lapai, mėtos, kmynai, garstyčios, kardamonas, muskato riešutas, kajeno pipirai, raudonėlis, čili pipirai, paprika, cinamonas, petražolės, gvazdikėliai, pipirai (juodieji, baltieji, žalieji, raudonieji, geltonieji), kalendra, rozmarinas, kuminas, šalavijas, karis, peletrūnas, krapai, čiobreliai, vaistinė ožragė, ciberžolė, imbieras, vanilė, kadagio uogos.

Kiti

Medus, kepimo mielės, apyniai, agar agaras, cukranendrių cukrus, M-transglutaminazė mėsos klijai, šeivamedžio žiedai, Aspergillus niger, alaus mielės, kryžmiškai reaguojanti determinantė CCD.

Nauji maisto produktai

Migdolų pienas, naminis svirplys, kiaušpienių šaknys, spirulina, alavijas (alijošius), didysis milčius, ginkmedis, tapijoka (valgomasis manijokas), aronija, skėrys kelevis, kininis ženšenis, wakame (jūros dumbliai), baobabas, nori (jūržolė), varnalėšų šaknys, jakono šaknis, chlorella (žalieji dumbliai), dygminių aliejus, guarana, chia sėklos.