

**Táplálékintolerancia (IgG) panel 220+****9 FÉLE TEJ, TEJTERMÉK ÉS TOJÁS**

alfa-lactalbumin	béta-lactoglobulin	bivalytej	juh tej
kazein	kecsketej	tehentej	tojás fehérje
tojás sárgája			

**39 FÉLE HAL ÉS TENGER GYÜMÖLCSEI**

ajóka	alga espaguette	alga spirulina	alga wakame
angolna	csiga, parti	csuka	doradó
fekete sügér	fekete tőkehal	fésüs kagyló	foltos tőkehal
garnélarák	hering	homár	hüvelykagyló
kacsakagyló	kardhal	kaviár	kék kagyló
keményvagy pénz kagyló	lazac	lepényhal	makréla
naphal	osztriga	örödghal	pisztráng
polip	ponty	rombuszhal	sügér
szardínia	szívkagyló	tarisznyarak	tintahal, kalamári
tintahal, szépia	tonhal	tőkehal	

**38 FÉLE GYÜMÖLCS**

alma	ananász	avokádó	banán
citrom	cseresznye	datolya	eper
faeper	fekete áfonya	fekete ribizli	füge
görögdinnye	gránátalma	grapefruit	guava
kivi	körte	licsi	lime
málna	mandarin	mangó	mazsola
narancs	nektarin	olajbogyó	őszibarack
papaja	paradicsom	rebarbara	ribizli
sárgabarack	sárgadinnye	szeder	szilva
szőlő	vörösáfonya		

**11 FÉLE GLUTÉN TARTALMÚ GABONA**

árpa	búza	búzakorkorpa	durumbúza
gliadin	kuskusz	maláta	rozliszt
tönkölybúza	transzglutamináz	zab	

**8 FÉLE GLUTÉNMENTES GABONA**

amaránt	hajdina	köles	kukorica
puliszka	quinoa	rizs	tápióka

**33 FÉLE GYÓGYMÖVÉNY ÉS FŰSZERNÖVÉNY**

aloe vera	ánizs	babérlevél	bazsalikom
bors keverék (fekete/ fehér)	borsmenta	cayenne-bors	curry
csalán	édesgyökér	fahéj	fokhagyma
gingkó	ginzeng	gyömbér	kakukkfű
kamilla	kapor	komló	koriander
kömény	majoranna	menta	mustármag
petrezselyem	rozmaring	sáfrány	szegfűszeg
szerecsendió	tárkony	vanília	vörös chili

zsálya			
<b>16 FÉLE HÚS</b>			
bárányhús	bivaly	borjúhús	csirkehús
disznóhús	fogolyhús	fürjhús	kacsahús
kecskehús	lőhús	marhahús	nyúlhús
pulykahús	rőtvad (szarvas-, őzhús)	strucc	vaddisznóhús
<b>15 FÉLE OLAJOS MAG</b>			
dió	fenyőmag	földimogyoró	kesudió
kókusz	makadámdió	mandula	mogyoró
napraforgómag	paradió	pisztácia	repcemag
szezám	tápióka	tigrisdió / földimandula	
<b>39 FÉLE ZÖLDSÉG</b>			
amarantusz (disznóparéj)	articsóka	borsó	brokkoli
burgonya	cékla	cikória	csicsereborsó
édesburgonya	édeskömény (levél)	fehér karóbab	fehértarépa
fejes saláta	hagyma	káposzta	káposzta vörös
kapribogyó	karfiol	kelbimbó	kobaktök/futótök
lencse	mángold	manióka	mogyoróhagyma
padlizsán	paprika	póréhagyma	reték
ruccola	sárgarépa	spárga	spenót
széles bab	szójabab	uborka	vizitorma
vörös vesebab	zeller	zöldbab	
<b>13 FÉLE EGYÉB ÉLELMISZER</b>			
agar-agar	élesztő (sör)	élesztő (sütő)	gesztenye
gomba	kakaóbab	kávé	kóladió
méz	nádcukor	szentjánoskenyér	tea (fekete)
tea (zöld)			