

# LISTADO DE ALIMENTOS

www.alimentacionsdisociada.com



Aceite de girasol G-4	Coco G-4	Mandarina G-1	Queso cabra G-14
Aceite de oliva virgen extra *	Coles G-9	Manzana G-2	Queso curado G-14
Aceituna G-4	Coliflor G-9	Marisco G-15	Queso de vaca G-14
Acelga G-9	Dátil G-3	Mazorca G-5	Queso light G-14
Agar-agar G-9	Embutidos G-15	Mejor al natural no conservas G-15	Queso requesón G-14
Aguacate G-4	Endivia G-9	Melocotón G-2	Queso semi-curado G-14
Ajo G-10	Escarola G-9	Melón G-2	Queso tierno G-14
Albaricoque G-2	Espárragos G-9	Miel *	Rábano G-7
Alcachofa G-7	Espinacas G-9	Nabo G-7	Remolacha G-7
Almendra G-4	Fresa G-2	Naranjas G-1	Sandía G-2
Apio G-9	Garbanzos G-6	Nectarina G-2	Setas G-9
Arroz G-5	Gelatina light *	No margarina G-13	Sirope de agave *
Avena G-5	Guisantes G-6	Nuez G-4	Soja G-6
Bebidas vegetales *	Habas G-6	Orejones G-3	Tapioca G-5
Berenjenas G-7	Harinas G-5	Palomitas G-5	Tomate G-16
Berro G-9	Higo G-2	Pan G-5	Uva G-2
Boniato G-8	Higo seco G-3	Papaya G-2	Uva pasa G-3
Brécol G-9	Huevo de codorniz G-11	Paraguay G-2	Yogures bifidus *
Brotos varios G-6	Huevo de gallina G-11	Pasa G-3	Yogures bio *
Cacahuete G-6	Huevo de pato G-11	Patata G-8	Yogures vegetales *
Cacahuetes G-4	Infusiones *	Pepino G-7	Zanahoria cocida G-8
Café *	Judía blanca o roja G-6	Pera G-2	Zanahoria cruda G-7
Calabacín G-7	Judía verde G-7	Pescado G-15	
Calabaza G-7	Kiwi G-2	Pimientos G-7	
Carne G-15	Lecha de cabra G-12	Piña G-2	
Castaña G-8	Lecha de vaca G-12	Piñon G-4	
Cebolla G-10	Lechuga G-9	Pipas G-4	
Cebollino G-10	Lenteja G-6	Pistacho G-4	
Cereza G-2	Lima G-1	Plátano G-8	
Champiñones G-9	Limón G-1	Pomelo G-1	
Ciruela G-3	Maíz dulce G-5	Puerro G-7	

- No mezclar carne con pescado.
- Vinagre y limón solo para pescado
- Respetar las 3 horas entre comida y comida

\* COMODINES