

<b>GLUTENFREI</b>	<b>KANN GLUTEN ENTHALTEN</b>	<b>GLUTENHALTIG</b>
<b>Milch &amp; Milchprodukte</b>	<b>Milch &amp; Milchprodukte</b>	<b>Milch &amp; Milchprodukte</b>
Jegliche H- und Frischmilch	Fertige Kakaomilch Produkte	Malzhaltige Milchprodukte
Kondensmilch	Kaffeeweisser (nicht aus Milch hergestellt)	Fruchtjoghurt
Buttermilch	FrISCHE Käsesorten	
Sahne		
Gereifte Käsesorten		
Naturjoghurt		
<b>Fleisch &amp; Sonstiges</b>	<b>Fleisch &amp; Sonstiges</b>	<b>Fleisch &amp; Sonstiges</b>
Reines Fleisch ohne Zusätze	Fertiges Hamburger- Fleisch	Kroketten
Meeresfrüchte	Dosenfleisch	Fischstäbchen
Geflügel	Jegliche Würste	Jegliches Paniertes
Eier	Aufschnitt	Fertige Hackfleischbällchen
Getrocknete Bohnen & Erbsen	Fleischersatz aus Soja-Eiweiß	Pizza
		Ravioli
		Ketschup
		Fertigsaucen
<b>Getreidesorten</b>	<b>Getreidesorten</b>	<b>Getreidesorten</b>
Mais		Weizen
Soja		Dinkel
Tapioka		Gerste
Buchweizen		Roggen
Hirse		Triticale
Amaranth		Kamut
Quinoa/Reismehle		Hafer
Lupine		Hartweizen
Sorghun		Grieß
		Graupen
		Couscous
		Bulgur
		Malz
<b>Brot &amp; Beilagen</b>	<b>Brot &amp; Beilagen</b>	<b>Brot &amp; Beilagen</b>
Reis /Wildreis	Fertigreis-Mischungen	Brot
Glutenfreie Nudeln	Müslimischungen	Brötchen
Mais- Tortillas		Biskuit

Brot aus glutenfreien Mehlsorten		Muffins
Kartoffeln		Kaffeestückchen
Süßkartoffeln		Toast
		Pizzateig
		„Normale Nudeln“
		Zwieback
		Brezeln
		Waffeln
		Pfannkuchen
<b>Fette &amp; Öle</b>	<b>Fette &amp; Öle</b>	<b>Fette &amp; Öle</b>
Butter	Fertige Salat-Dressings	Saucen und Sahnesaucen ( verdickt mit Mehl und Soßenbinder)
Margarine	Mayonnaise	
Pflanzenöl		
Backfett		
Schmalz		
<b>Früchte</b>	<b>Früchte</b>	<b>Früchte</b>
Frische Früchte	Fruchtfüllung von Kuchen	
Gefrorene Früchte	Getrocknete Früchte	
Fruchtsäfte (100%)	Konservenfrüchte	
	Marmeladen und Konfitüren	
	Rote Grütze	
<b>Gemüse &amp; Salate</b>	<b>Gemüse &amp; Salate</b>	<b>Gemüse &amp; Salate</b>
Frisches Gemüse	Fertige Gemüseaufläufe oder Gemüse in Saucen	Paniertes Gemüse
Gefrorenes Gemüse	Fertigsalate	
Kartoffeln	Konserven-Bohnen/ Baked Beans	
Yamswurzel	Industriell Eingelegtes, Mariniertes Gemüse	
Taro		
<b>Snacks &amp; Desserts</b>	<b>Snacks &amp; Desserts</b>	<b>Snacks &amp; Desserts</b>
Brauner /Weißer Zucker	Pudding	Fertig- Kuchen
Gelatine	Schokolade	Kekse
Honig	Kaugummi	Donuts
Reines Kakaopulver	Chips	Kuchenmischungen
	Popcorn	Eiscreme

<b>Getränke</b>	<b>Getränke</b>	<b>Getränke</b>
Tee	Kakao	Ovomaltine
Kohlensäurehaltige Getränke	Fertige Mischgetränke	Malzgetränke
Fruchtsäfte (100%)		Bier
Mineralwasser		
Wein		
Kaffee		
<b>Verdickungsmittel</b>	<b>Verdickungsmittel</b>	<b>Verdickungsmittel</b>
Gelatine	Fertigsuppen	Weizen-Stärke
Maismehl	Brühwürfel	Jegliches Weizenmehl
Kartoffelmehl	Gemüse-oder Fleischbrühe	Roggenmehl
Kartoffelstärke		Malzmehl
Reismehl		Gerstenmehl
Sojamehl		Weizenschrotmehl
Tapioka		
Sago		
<b>Gewürze</b>	<b>Gewürze</b>	<b>Gewürze</b>
Salz	Backpulver	Bierhefe
Pfeffer	Currypulver	Hefeextrakt ( enthält Gerste)
Gartenkräuter	Gewürzmischung	
Nelken		
Ingwer		
Muskat		
Zimt		
Mononatrium-Glutamat		