

GLUTENFREI	KANN GLUTEN ENTHALTEN	GLUTENHALTIG
Milch & Milchprodukte	Milch & Milchprodukte	Milch & Milchprodukte
Jegliche H- und Frischmilch	Fertige Kakaomilch Produkte	Malzhaltige Milchprodukte
Kondensmilch	Kaffeeweisser (nicht aus Milch hergestellt)	Fruchtjoghurt
Buttermilch	FrISCHE Käsesorten	
Sahne		
Gereifte Käsesorten		
Naturjoghurt		
Fleisch & Sonstiges	Fleisch & Sonstiges	Fleisch & Sonstiges
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
Getreidesorten	Getreidesorten	Getreidesorten
Mais		Weizen
Soja		Dinkel
Tapioka		Gerste
Buchweizen		Roggen
Hirse		Triticale
Amaranth		Kamut
Quinoa/Reismehle		Hafer
Lupine		Hartweizen
Sorghun		Grieß
		Graupen
		Couscous
		Bulgur
		Malz
Brot & Beilagen	Brot & Beilagen	Brot & Beilagen
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
Fette & Öle	Fette & Öle	Fette & Öle
Butter	Fertige Salat-Dressings	Saucen und Sahnesaucen (verdickt mit Mehl und Soßenbinder)
Margarine	Mayonnaise	
Pflanzenöl		
Backfett		
Schmalz		
Früchte	Früchte	Früchte
Frische Früchte	Fruchtfüllung von Kuchen	
Gefrorene Früchte	Getrocknete Früchte	
Fruchtsäfte (100%)	Konservenfrüchte	
	Marmeladen und Konfitüren	
	Rote Grütze	
Gemüse & Salate	Gemüse & Salate	Gemüse & Salate
Frisches Gemüse	Fertige Gemüseaufläufe oder Gemüse in Saucen	Paniertes Gemüse
Gefrorenes Gemüse	Fertigsalate	
Kartoffeln	Konserven-Bohnen/ Baked Beans	
Yamswurzel	Industriell Eingelegtes, Mariniertes Gemüse	
Taro		
Snacks & Desserts	Snacks & Desserts	Snacks & Desserts
Brauner /Weißer Zucker	Pudding	Fertig- Kuchen
Gelatine	Schokolade	Kekse
Honig	Kaugummi	Donuts
Reines Kakaopulver	Chips	Kuchenmischungen
	Popcorn	Eiscreme

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