



SENSIBILIDAD ALIMENTARIA

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765



SENSIBILIDAD ALIMENTARIA

ESTUDIO DE LA SENSIBILIDAD ALIMENTARIA

(CUANTIFICACIÓN DE IGG ESPECÍFICAS)

Introducción

El estudio de sensibilidad alimentaria es una prueba realizada en laboratorio capaz de valorar la respuesta no alérgica que el sistema inmunológico de algunas personas desencadena de forma específica frente a ciertos alimentos.

La valoración de esta respuesta inmunológica se lleva a cabo cuantificando los niveles de inmunoglobulina G (Ig G) específica frente a una serie determinada de alimentos.

La supresión de la dieta de los alimentos frente a los cuales se han detectado niveles de IgG específica elevados va a provocar la reducción o la desaparición de los síntomas derivados de dicha reacción inmunológica.

Las manifestaciones clínicas más frecuentes que pueden presentarse como consecuencia de un proceso de sensibilidad alimentaria son los siguientes:

Trastornos digestivos: Colon irritable, sensación de hinchazón, estreñimiento...

Trastornos respiratorios: Rinitis crónica, asma...

Trastornos dermatológicos: Eccemas y urticarias

Tendencia a la obesidad: Dificultad para perder peso, retención de líquidos...

Alteraciones del comportamiento: Hiperactividad infantil, autismo, depresión,...

Dolores: De cabeza, articulares ...

Pautas de alimentación

Atendiendo a los resultados del test de sensibilidad alimentaria realizada aconsejamos que suprima de su dieta, tanto los alimentos claramente reactivos (positivos (++) y positivos (+++)), como los de reactividad incierta (positivos (+)). Transcurrido un periodo de un mes y medio puede reintroducir los alimentos del último grupo, a razón de uno por semana, observando los posibles efectos sobre los problemas que puedan generarse como consecuencia de su ingestión, con el fin de reintroducirlos o suprimirlos definitivamente de su dieta.

Tenga en cuenta que la supresión de los alimentos indicados implica eliminar cualquier alimento preparado con ellos. Por esta razón es importante consultar el etiquetado de alimentos precocinados, envasados, etc.

Es muy importante, a pesar de la supresión de estos alimentos, realizar una alimentación completa y equilibrada. Por ello es muy importante solicitar asesoramiento al respecto a su médico o nutricionista. Ante cualquier duda en la interpretación de los resultados no dude en consultar al laboratorio.

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

Resultados analíticos

Negativo  Positivo (+)  Positivo (++)  Positivo (+++) 

ESPECIAS	
Canela	
Sésamo	
Orégano	
Mostaza	
Perejil	
Pimienta negra	
Laurel	
Menta	
Albahaca	
Clavo	
Curry	
Semilla de eneldo	
Hinojo	
Jengibre	
Nuez moscada	
Romero	
Tomillo	
Vainilla	
Semillas de anís	
Hojas de cilantro	
Comino	
Regaliz	
Hierbabuena	
Azafrán	
Salvia	

ESPECIAS	
Estragón	
FÉCULAS	
Trigo sarraceno/Alforfón	
Garbanzo	
Maíz/Aceite de Maíz	
Guisante	
Lentejas	
Habas	
Avena	
Patata	
Arroz	
Centeno	
Soja/Aceite de Soja	
Boniato/Batata	
Trigo	
Cacao	
Alubia pinta	
Mijo	
Quinoa	
Espelta	
Alubia blanca	
Sémola de trigo duro	
Yuca	
Amaranto	

FRUTAS	
Manzana	
Albaricoque	
Aguacate	
Plátano	
Melón	
Dátil	
Uva	
Pomelo	
Limón	
Naranja	
Melocotón	
Pera	
Piña	
Ciruela	
Fresa	
Kiwi	
Sandía	
Higo	
Cerezas	
Arándano azul	
Coco	
Mandarina	
Mango	
Papaya	
Granada	

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

FRUTAS	
Zarzamora	●
Grosella negra	●
Arándano rojo	●
Guayaba	●
Lima	●
Mora	●
Nectarina	●
Grosella roja	●
Frambuesa	●
Litchi	●

FRUTOS SECOS	
Almendra	●
Cacahuete	●
Nuez	●
Castaña	●
Avellana	●
Anacardo	●
Piñón	●
Pistacho	●
Nuez de brasil	●
Nuez de macadamia	●

LÁCTEOS Y HUEVOS	
Lácteos de Vaca	●
Lácteos de Oveja	●
Lácteos de Cabra	●
Lácteos de búfala	●
Clara de huevo	●
Yema de huevo	●

CARNES Y PESCADOS	
Pollo	●
Almeja	●
Bacalao	●
Merluza/Pescadilla	●
Cordero	●
Langosta/Bogavante	●
Carne de Cerdo	●
Carne de Conejo	●
Salmón	●
Sardina	●
Gamba/Langostino	●
Lenguado	●
Calamar	●
Trucha	●
Atún	●
Pavo	●
Anchoa/Boquerón	●
Anguila/angula	●
Rape	●
Cangrejo de mar	●
Pato	●
Lubina	●
Dorada	●
Mero/Perca	●
Caballa	●
Cabrillo	●
Mejillón	●
Pulpo	●
Avestruz	●

CARNES Y PESCADOS	
Perdiz	●
Lucio	●
Codorniz	●
Emperador/Pez espada	●
Rodaballo	●
Venado	●
Jabalí	●
Caracol de mar	●
Vieira	●
Percebe	●
Carpa	●
Berberechos	●
Sepia	●
Besugo	●
Arenque	●
Carne de caballo	●
Carne de buey	●
Caviar	●
Abadejo/Eflegino	●
Ostra	●
Platija	●
Navaja	●
Carne de ternera	●
Carne de res	●

VERDURAS	
Alcachofa	●
Espárrago	●
Zanahoria	●

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

VERDURAS	
Remolacha	●
Brécol	●
Repollo/Col	●
Berenjena	●
Coliflor	●
Apio	●
Acelga	●
Pepino	●
Ajo	●
Pimiento	●
Lechuga	●
Champiñón	●
Cebolla	●
Espinacas	●
Calabacín	●
Judías Verdes	●
Tomate	●
Puerro	●
Alga espirulina	●
Nabo	●
Alcaparras	●
Rábano	●
Calabaza	●
Coles de bruselas	●
Ruibarbo	●
Guindilla (Cayena)	●
Alga espagetti	●
Alga wakame	●
Col lombarda	●

VERDURAS	
Endivias	●
Ortiga	●
Chile rojo	●
Rúcula	●
Berro	●
Escalonia	●

OTROS	
Azúcar de caña	●
Algarroba	●
Café	●
Cola	●
Miel	●
Malta	●
Oliva/Aceite de Oliva	●
Girasol/Aceite de Girasol	●
Té	●
Levadura de Cerveza	●
Levadura de Pan	●
Lúpulo	●
Manzanilla	●
Ginkgo biloba	●
Chufas	●
Agar agar (E-406)	●
Aloe vera	●
Semillas de lino	●
Ginseng	●
Semillas de colza	●
Salvado de trigo	●



Castellón a 23-10-2017
Fdo. Dr. Jesús Calderón

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

Alimentos que debe suprimir

Son aquellos alimentos frente a los cuales se han detectado niveles de anticuerpos tipo IgG considerados por encima de la normalidad. Estos quedan clasificados en tres grupos en función de la concentración cuantificada de dichos anticuerpos.

POSITIVO(+) Reactividad incierta

Anacardo
Berro
Cola
Guisante
Jengibre
Levadura de Cerveza
Levadura de Pan
Lácteos de Cabra
Lácteos de Oveja
Lácteos de Vaca
Malta
Pistacho

POSITIVO(++) Reactividad Clara

Aloe vera
Caracol de mar
Ciruela
Girasol/Aceite de Girasol
Higo
Patata

POSITIVO(+++) Reactividad muy clara

Ginkgo biloba

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

Alimentos relacionados que presentan intolerancia

Son aquellos alimentos preparados, precocinados, envasados, etc. **que pueden contener el alimento prohibido indicado.** Unicamente deben ser suprimidos cuando, una vez consultado el etiquetado del producto, se confirme que el alimento en cuestión está incluido en su composición.

Cola

Bebidas con cola, Caramelos de Cola.

Guisante

Crema de guisantes, Diversos guisos.

Levadura de Cerveza

Como la levadura de pan y de cerveza son dos cepas diferentes del mismo microorganismo, es muy probable que si usted reacciona frente a una también lo haga frente a la otra. En cualquier caso, si sus resultados han sido elevados para una de ellas, es aconsejable que evite todos los alimentos que contengan levadura, así como los alimentos azucarados y los carbohidratos refinados que pueden estimular el crecimiento de levadura en su tubo digestivo.

Además, es aconsejable que evite los ambientes húmedos y con presencia de moho.

De todos los alimentos, probablemente la levadura es la más difícil de evitar, ya que está oculta en muchos alimentos procesados, por lo que es esencial que antes de comenzar usted haya planificado su dieta sin levaduras.

Un ejemplo de alimentos que pueden contener levaduras se muestra a continuación:

Levaduras de panadería y levadura de cerveza. Panes, bases de pizza y bollería como los croissants que hayan sido horneados con levadura. Algunos panes planos como el pan de pita y el pan naan contienen pequeñas cantidades de levadura para que la masa suba cuando se hornea y produzca las "bolsas". Algunas masas fermentadas y pan de centeno integral se producen utilizando levadura y cultivos de lactobacilos. Extractos de levadura como Marmite, Vegemite, Bovril, pastillas de caldo y salsas de carne. Alimentos y bebidas fermentadas tales como cerveza, vino, sidra, licores, cerveza de jengibre, vinagre, salsa de soja y aliños. Tempeh, miso y tamari (aderezos japoneses/ indonesios elaborados mediante la fermentación de granos de soja). Alimentos que contengan vinagre como encurtidos, salsas condimentadas, aliños de ensalada, kétchup, mahonesa, salsa inglesa, rábano picante y salsa de chile picante. Pescados, carnes y aves encurtidas, ahumadas y saladas. Tocino de cerdo curado. Cacahuets y productos derivados. Pistachos. Alimentos madurados especialmente quesos envejecidos como el Brie y el Camembert. Leche malteada, bebidas malteadas. Proteína vegetal texturizada, Quorn (microproteína) y tofu. Frutas deshidratadas (higos, dátiles, pasa, albaricoques, etc.). Fruta muy madura y fruta sin pelar. Zumos de fruta - sólo los recién exprimidos están libres de levadura. El ácido cítrico y el monoglutamato de sodio pueden derivarse de la levadura. Algunos suplementos nutricionales - comprobar la etiqueta.

Muchos alimentos pueden contener levadura y por lo tanto es muy importante leer siempre la etiqueta de los ingredientes con atención antes de comprarlos. Por ello es importante que evite aquellos alimentos en los que aparezcan las siguientes leyendas en sus etiquetas: Levadura de panadería, levadura de cerveza, proteína hidrolizada, proteína vegetal hidrolizada, levadura, agentes de fermentación o impulsores.

Alimentos alternativos

La levadura se utiliza en la preparación de alimentos y es una buena fuente de vitamina B, pero también puede obtenerse de otros alimentos como pescado, carne, cereales integrales, frutos secos y vegetales de hojas verdes.

La levadura viva también se utiliza en la preparación de muchas bebidas alcohólicas por lo que estas deben evitarse o sustituirse por alternativas de bajo contenido en levaduras: champagne, tequila, ginebra y vodka son opciones de bajo contenido en levadura (Si tiene interés en consumir este tipo de producto, es aconsejable que lo haga tras un periodo de restricción de 30 a 45 días con el fin de valorar los posibles efectos en el proceso de reintroducción)

Como sustituto del pan puede emplear: Tortas de arroz, tortas de avena, tortillas de maíz, tacos, tortas crujientes de

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

centeno. Panes caseros, bollos, galletas, pan de soda irlandés (elaborados con levadura química/bicarbonato de soda en lugar de levadura). Panes planos que no contienen levadura como por ejemplo matzos y tortillas de harina. Tortitas y crepes por medio de levadura de soda o levadura química en lugar de levadura fermentada.

La salsa de soja se puede reemplazar por aceite de sésamo tostado.

Se puede emplear zumo de limón en lugar de vinagre.

NOTA: todos los alimentos alternativos a la Levadura de cerveza se podrán consumir siempre que no aparezcan en el listado de alimentos prohibidos

Levadura de Pan

Como la levadura de pan y de cerveza son dos cepas diferentes del mismo microorganismo, es muy probable que si usted reacciona frente a una también lo haga frente a la otra. En cualquier caso, si sus resultados han sido elevados para una de ellas, es aconsejable que evite todos los alimentos que contengan levadura, así como los alimentos azucarados y los carbohidratos refinados que pueden estimular el crecimiento de levadura en su tubo digestivo.

Además, es aconsejable que evite los ambientes húmedos y con presencia de moho.

De todos los alimentos, probablemente la levadura es la más difícil de evitar, ya que está oculta en muchos alimentos procesados, por lo que es esencial que antes de comenzar usted haya planificado su dieta sin levaduras.

Un ejemplo de alimentos que pueden contener levaduras se muestra a continuación:

Levaduras de panadería y levadura de cerveza. Panes, bases de pizza y bollería como los croissants que hayan sido horneados con levadura. Algunos panes planos como el pan de pita y el pan naan contienen pequeñas cantidades de levadura para que la masa suba cuando se hornea y produzca las "bolsas". Algunas masas fermentadas y pan de centeno integral se producen utilizando levadura y cultivos de lactobacilos. Extractos de levadura como Marmite, Vegemite, Bovril, pastillas de caldo y salsas de carne. Alimentos y bebidas fermentadas tales como cerveza, vino, sidra, licores, cerveza de jengibre, vinagre, salsa de soja y aliños. Tempeh, miso y tamari (aderezos japoneses/ indonesios elaborados mediante la fermentación de granos de soja). Alimentos que contengan vinagre como encurtidos, salsas condimentadas, aliños de ensalada, kétchup, mahonesa, salsa inglesa, rábano picante y salsa de chile picante. Pescados, carnes y aves encurtidas, ahumadas y saladas. Tocino de cerdo curado. Cacahuets y productos derivados. Pistachos. Alimentos madurados especialmente quesos envejecidos como el Brie y el Camembert. Leche malteada, bebidas malteadas. Proteína vegetal texturizada, Quorn (microproteína) y tofu. Frutas deshidratadas (higos, dátiles, pasa, albaricoques, etc.). Fruta muy madura y fruta sin pelar. Zumos de fruta - sólo los recién exprimidos están libres de levadura. El ácido cítrico y el monoglutamato de sodio pueden derivarse de la levadura. Algunos suplementos nutricionales - comprobar la etiqueta.

Muchos alimentos pueden contener levadura y por lo tanto es muy importante leer siempre la etiqueta de los ingredientes con atención antes de comprarlos. Por ello es importante que evite aquellos alimentos en los que aparezcan las siguientes leyendas en sus etiquetas: Levadura de panadería, levadura de cerveza, proteína hidrolizada, proteína vegetal hidrolizada, levadura, agentes de fermentación o impulsores.

Alimentos alternativos

La levadura se utiliza en la preparación de alimentos y es una buena fuente de vitamina B, pero también puede obtenerse de otros alimentos como pescado, carne, cereales integrales, frutos secos y vegetales de hojas verdes.

La levadura viva también se utiliza en la preparación de muchas bebidas alcohólicas por lo que estas deben evitarse o sustituirse por alternativas de bajo contenido en levaduras: champagne, tequila, ginebra y vodka son opciones de bajo contenido en levadura (Si tiene interés en consumir este tipo de producto, es aconsejable que lo haga tras un periodo de restricción de 30 a 45 días con el fin de valorar los posibles efectos en el proceso de reintroducción)

Como sustituto del pan puede emplear: Tortas de arroz, tortas de avena, tortillas de maíz, tacos, tortas crujientes de centeno. Panes caseros, bollos, galletas, pan de soda irlandés (elaborados con levadura química/bicarbonato de soda en lugar de levadura). Panes planos que no contienen levadura como por ejemplo matzos y tortillas de harina. Tortitas y crepes por medio de levadura de soda o levadura química en lugar de levadura fermentada.

La salsa de soja se puede reemplazar por aceite de sésamo tostado.

Se puede emplear zumo de limón en lugar de vinagre.

NOTA: todos los alimentos alternativos a la Levadura de pan se podrán consumir siempre que no aparezcan en el listado de alimentos prohibidos

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

Lácteos de Vaca

Como consecuencia de los resultados obtenidos debería suprimir de su dieta la leche de vaca y todos sus derivados. Los lácteos se encuentran en muchos alimentos como • Leche y batidos, quesos, mantequilla y productos de untar, natillas, postres, salsas, yogures, cremas de queso, helados, nata, alimentos horneados (pasteles, donuts, gofres, bollos, galletas, tartaletas), puré de patatas instantáneo, cremas, alimentos precocinados, carnes procesadas y salchichas, salsa de carne, meriendas preparadas, chocolate, repostería, algunos panes, pizza, chocolate, repostería, sopas.

Muchos alimentos pueden contener productos lácteos de vaca y, por lo tanto, es muy importante leer siempre la etiqueta de los ingredientes con atención antes de adquirirlos. Es importante que evite aquellos alimentos en los que aparezcan las siguientes leyendas en sus etiquetas: mantequilla y grasa de mantequilla, caseína, caseinato, caseinato de calcio, queso, nata, nata ligera, suero de leche desmineralizado, beta-lactoglobulina, alfa-lactoalbúmina, sustitutivo de la grasa, leche desnatada, leche en polvo, leche en polvo desnatada, materia seca láctea, materia seca láctea no grasa, suero de leche, suero lácteo deshidratado

Alimentos alternativos

La leche es una fuente importante de proteínas, calcio y vitaminas, incluyendo la vitamina A, D y el complejo B. Si va a dejar de consumir leche de vaca, es importante que obtenga estos nutrientes de otras fuentes alimenticias alternativas: soja, aceite de hígado de bacalao, sardinas, chanquetes, salmón, nueces, carne roja, fruta fresca y verduras (especialmente verduras de hoja verdes como las verduras de primavera, berro de agua, espinacas y brécol), ruiubarbo, higos, champiñones, naranjas, albaricoque, ciruelas, semillas de calabaza, semillas de sésamo, lentejas y legumbres. Nota: el calcio es soluble en agua, lo ideal es hervir o cocinar las verduras al vapor en poca agua, que se puede emplear en sopas o salsas.

Atendiendo a sus características organolépticas los derivados lácteos pueden ser sustituidos (Siempre que los alimentos correspondientes aparezcan en el grupo de permitidos):

- Leches: Leche de avena, leche de arroz, leche de soja, leche de quinoa, leche de guisante, leche de coco, leche de chufa (Horchata) leches de frutos secos como de almendra o de anacardo. Aunque algunas personas pueden tolerar otras leches animales, las leches de cabra, oveja y búfala contienen proteínas similares a las de la leche de vaca y pueden provocar reacciones parecidas; por tanto, en caso de aparecer en el grupo de alimentos permitidos, estas leches deben consumirse con cautela.

- Mantequilla: productos de untar para vegetarianos o sin lácteos: mantequilla de cacahuete, tahini, aceite de oliva prensado en frío, aceite de coco

- Queso: queso de soja, Rebanadas de arroz

- Yogures: soja, avena

- Helados: soja, avena, arroz

- Nata: soja, avena, anacardo, almendra

- Queso francés: tofu blando

- Chocolate: chocolate sin productos lácteos

- Mahonesa: mahonesa sin productos lácteos

NOTA: todos los alimentos alternativos a los lácteos de vaca se podrán consumir siempre que no aparezcan en el listado de alimentos prohibidos

Malta

Algunas levaduras, Alimentos de panadería, Alimentos infantiles, Almibar de malta, Almibar de mesa, Cereales para desayuno, Espesantes usados en helados, Extracto de malta, Galletas, Germen de trigo, Leche malteada, Mezcla de gofres, Mezcla para bizcochos, Mezcla para creps, Panes, Pimienta sintética, Salsas(algunas), Sucédáneo del café, Tartas de trigo, Vinagre de malta, Cerveza, Whisky.

Patata

Albóndigas, Algunas comidas para bebés, Algunas salsas, Algunos bizcochos(la patata es utilizada para el sabor), Algunos donuts, Algunos panes, Algunos pudines de pescado, Almidón de patata blanca, Consomé, Filete guisado, Filete de carne, Pasteles congelados de carne de pollo o pavo, Patatas fritas, Sopa de almejas, Varias sopas enlatadas,

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

Verdura congelada enlatada, Yogures baratos.

Ginkgo biloba

Las hojas del árbol Ginkgo biloba son una importante fuente de antioxidantes, lo que les confiere propiedades medicinales apreciadas tanto por la medicina occidental como por la oriental y, por supuesto, por la fitoterapia. El extracto de sus hojas es empleado en preparados para mejorar la circulación general y cerebral en particular, para mejorar problemas de memoria en estudiantes, personas con enfermedad de alzheimer o con demencia senil, para aliviar problemas de vértigos, para prevenir y aliviar problemas de migrañas, como antidepressivo. Aplicado de manera tópica, el ginkgo favorece la microcirculación, motivo por el que está presente en preparados para frenar la alopecia.

Alimentos permitidos

Son aquellos alimentos frente a los cuales se han detectado niveles de anticuerpo IgG considerados dentro de la normalidad. Estos se expresan clasificados en diferentes grupos atendiendo a su naturaleza.

ESPECIAS

Canela
Sésamo
Orégano
Mostaza
Perejil
Pimienta negra
Laurel
Menta
Albahaca
Clavo
Curry
Semilla de eneldo
Hinojo
Nuez moscada
Romero
Tomillo
Vainilla
Semillas de anís
Hojas de cilantro
Comino
Regaliz
Hierbabuena
Azafrán
Salvia
Estragón

FÉCULAS

Trigo sarraceno/Alforfón
Garbanzo
Maíz/Aceite de Maíz
Lentejas
Habas
Avena
Arroz
Centeno
Soja/Aceite de Soja
Boniato/Batata
Trigo
Cacao
Alubia pinta
Mijo
Quinoa
Espelta
Alubia blanca
Sémola de trigo duro
Yuca
Amaranto

FRUTAS

Manzana
Albaricoque
Aguacate
Plátano

FRUTAS

Melón
Dátil
Uva
Pomelo
Limón
Naranja
Melocotón
Pera
Piña
Fresa
Kiwi
Sandía
Cerezas
Arándano azul
Coco
Mandarina
Mango
Papaya
Granada
Zarzamora
Grosella negra
Arándano rojo
Guayaba
Lima
Mora
Nectarina

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

FRUTAS

Grosella roja
Frambuesa
Litchi

FRUTOS SECOS

Almendra
Cacahuete
Nuez
Castaña
Avellana
Piñón
Nuez de brasil
Nuez de macadamia

LÁCTEOS Y HUEVOS

Lácteos de búfala
Clara de huevo
Yema de huevo

CARNES Y PESCADOS

Pollo
Almeja
Bacalao
Merluza/Pescadilla
Cordero
Langosta/Bogavante
Carne de Cerdo
Carne de Conejo
Salmón
Sardina
Gamba/Langostino
Lenguado
Calamar
Trucha
Atún
Pavo
Anchoa/Boquerón
Anguila/anguila

CARNES Y PESCADOS

Rape
Cangrejo de mar
Pato
Lubina
Dorada
Mero/Perca
Caballa
Cabrito
Mejillón
Pulpo
Avestruz
Perdiz
Lucio
Codorniz
Emperador/Pez espada
Rodaballo
Venado
Jabalí
Vieira
Percebe
Carpa
Bereberchos
Sepia
Besugo
Arenque
Carne de caballo
Carne de buey
Caviar
Abadejo/Eflegino
Ostra
Platija
Navaja
Carne de ternera
Carne de res

VERDURAS

Alcachofa

VERDURAS

Espárrago
Zanahoria
Remolacha
Brécol
Repollo/Col
Berenjena
Coliflor
Apio
Acelga
Pepino
Ajo
Pimiento
Lechuga
Champiñón
Cebolla
Espinacas
Calabacín
Judías Verdes
Tomate
Puerro
Alga espirulina
Nabo
Alcaparras
Rábano
Calabaza
Coles de bruselas
Ruibarbo
Guindilla (Cayena)
Alga espagetti
Alga wakame
Col lombarda
Endivias
Ortiga
Chile rojo
Rúcula
Escalonia

PRUEBA PRUEBA, PRUEBA

Dr. .

Fecha de Recepción: 20-Oct-17

Nº de Petición: 498765

OTROS

Azúcar de caña

Algarroba

Café

Miel

Oliva/Aceite de Oliva

Té

Lúpulo

Manzanilla

Chufas

Agar agar (E-406)

Semillas de lino

Ginseng

Semillas de colza

Salvado de trigo