

Fisch	
Aal	🔴
Bismarckhering	🔴
Dorade	🟢
Dorsch	🟢
Felchen	🔴
Fisch, dunkles Fleisch	🟡
Fisch, frisch vom Meer	🟢
Fisch, geräucht	🔴
Fisch, gesalzen	🔴
Fisch, getrocknete	🔴
Fisch, helles Fleisch	🟡
Fisch, mariniert	🔴
Fischkonserven	🔴
Fischstäbchen	🟡
Flußbarsch	🔴
Forelle	🔴
Goldbarsch	🔴
Hecht	🔴
Heilbutt	🟢
Hering	🟢
Kabeljau	🟢
Karpfen	🔴
Lachs	🟢
Makrelen	🔴
Matjes	🔴
Meerbarbe	🟢
Merlan	🟢
Muscheln	🔴
Pangasius	🟢
Petersfisch	🟢
Rochen	🟢
Rollmops	🔴
Rotbarsch	🟢
Sardellen	🔴
Sardine	🟢
Schillerlocke	🔴
Schleie	🔴
Scholle	🟡
Seehecht	🟢
Seelachs	🟢
Seezunge	🟢
Steinbeißer	🟢
Steinbutt	🟢
Thunfisch	🔴
Wels	🔴

Getränke	
Alkohol	🔴
Früchtetee	🔴
Getreidekaffee	🟡
Grüner Tee	🟢
Kaffee, frisch gebrüht	🔴
Kräutertee	🟢
Mineralwasser Medium	🟢
Mineralwasser Stilles	🟢
Säfte ohne Histaminfrucht	🟢
Schwarzer Tee	🔴

Fleisch	
Hackfleisch, alt	🔴
Fleisch, aufgewärmt	🔴
Fleisch, frisch	🟢
Fleisch, geräuchtes	🔴
Fleisch, mariniert	🔴
Formfleisch	🔴
Hackfleisch, frisch	🟢
Huhn	🟢
Innereien, Leber	🔴
Kassler	🔴
Pute	🟢
Rind	🟢
Schwein	🟢

Wurst	
Aufschnittwurst	🟢
Blutwurst	🟡
Bratenaufschnitt	🟡
Bratwurst, frisch	🟢
Bratwürste	🟢
Cervelatwurst	🔴
Debreziner	🔴
Fleischwurst	🟢
Frankfurter	🟢
Jagdwurst	🔴
Kalbsleberwurst	🔴
Kaminwürzen	🔴
Kantwurst	🔴
Knackwurst	🔴
Knoblauchwurst	🔴
Kochwurst	🟢
Krainer mit Käse	🔴
Krakauer	🟢
Landjäger	🟢
Leberkäse	🟢
Leberwurst	🔴
Lyoner	🟢
Mettwurst 1 Woche	🔴
Mortadella	🟢
Pasteten	🟡
Putenschinken	🔴
Rouladen	🟢
Salami	🔴
Schinken, gekocht	🟢
Schinken, gepresst	🟢
Schinken, roh	🟢
Schinkenwurst	🟢
Weißwürste	🟢
Wiener	🟢
Wurst, gepökelt	🔴
Wurst, geräucht	🔴
Wurst, gesalzen	🔴
Wurst, getrocknet	🔴
Wurst, roh	🔴

Käse, Milchprodukte	
Bergkäse	🔴
Bierkäse	🔴
Brie	🔴
Butter	🟢
Butterkäse	🟢
Buttermilch	🟢
Camembert	🔴
Cheddar Käse	🔴
Crème Fraiche	🟢
Doppelrahmfrischkäse	🟢
Edamer	🔴
Emmentaler	🔴
Frischkäse	🟢
Frischkäse, körnig	🟢
Gauda, alt	🔴
Gauda, jung	🟢
Harzer Käse	🔴
H-Milch	🟢
Joghurt	🟢
Käse jung	🟢
Käse, alt	🔴
Milch	🟢
Mozzarella	🟢
Parmesan	🔴
Quark	🟢
Raclette Käse	🔴
Rahm	🟢
Rahmfrischkäse	🟢
Rohmilchprodukte	🔴
Roquefort	🔴
Sahne	🟢
Sauermilch	🟢
Sauermilchkäse	🔴
Sauerrahm	🟢
Schichtkäse	🟢
Schimmelkäse	🔴
Schmelzkäse	🔴
Süßmilchkäse	🔴
Tilsiter	🔴

Gewürze, Süßes Sonstiges	
Agavendicksaft	🟢
Ahornsirup	🟢
Apfelessig	🔴
Apfelkraut	🟢
Backpulver	🟢
Balsamico, dunkel	🔴
Balsamico, weiss	🟢
Bismendicksaft	🟢
Branntweinessig	🔴
Dosenware	🔴
Eier	🟢
Eis aus verträgl. Obst	🟢
Eis, Vanillie	🟢
Gewürze	🟢
Gewürzmischungen	🟡
Gewürzware	🔴
Hefe	🔴
Hefeextrakt	🔴
Honig	🟢
Knabbergebäck	🔴
Knoblauch	🔴
Kräuter	🔴
Marmelade verträgl. Obst	🟢
Mayonnaise	🔴
Natron	🔴
Nougat	🔴
Öle, hochwertig	🟢
Paniertes	🔴
Pfeffer	🟢
Reisessig	🔴
Rotweinessig	🔴
Salz	🟢
Scharfe Gewürze	🔴
Schokolade	🔴
Senf	🟡
Sojaprodukte	🔴
Süßspeisen, Süßigk.	🔴
Tofu	🔴
Weingeistessig	🔴
Weissweinessig	🟢
Zitronengras	🟢
Zucker	🔴
Zuckeraustauschstoffe	🔴

Legende	
Nicht geeignet	🔴
Einzelfallentscheidung	🟡
geeignet	🟢
geeignet wenn Laktosefrei	🟢 L

Gemüse, Salate	
Auberginen	🔴
Avocado	🔴
Blattsalate	🟢
Blumenkohl	🟡
Bohnen	🟢
Brennnessel	🔴
Brokkoli	🟢
Champignon	🔴
Chicoree	🟢
Erbsen	🔴
Eiersalat	🔴
Fenchel	🟢
Grüner Salat	🟢
Gurke	🟡
Karotten	🔴
Kohl, alle Arten	🟡
Kokos	🟢
Kürbis	🔴
Lauch	🟡
Linsen	🔴
Linsen rot, gelb	🔴
Mais	🔴
Mangold	🔴
Oliven Milchsäuregärung	🟡
Paprika gelb rot	🔴
Paprika grün	🔴
Öle, hochwertig	🟢
Radieschen	🔴
Rettich	🔴
Rote Rübe	🟢
Sauerkraut	🔴
Sellerie	🟢
Spargel	🟢
Spinat	🔴
Steinpilze	🔴
Tomaten	🔴
Zucchini	🟢
Zuckererbsen	🔴
Zwiebel	🟢

Nüsse, Samen, Kakao	
Cashewnüsse	🔴
Erdnüsse	🔴
Haselnüsse	🔴
Kakao	🔴
Kokosnuss	🟢
Kürbiskerne	🟢
Mandeln	🔴
Marzipan	🟡
Mohn	🔴
Nougat	🔴
Paranuss	🟡
Pinienkerne	🔴
Pistazien	🟡
Schokolade	🔴
Sesamkerne	🟢
Sonnenblumenkerne	🟢
Walnüsse	🔴

Obst	
Ananas	🔴
Äpfel	🟢
Aprikosen	🔴
Bananen	🔴
Birnen	🟡
Clementine	🔴
Cranberries	🔴
Datteln	🟢
Erdbeeren	🔴
Feigen	🟢
Grapefruit	🔴
Heidelbeeren	🟢
Himbeeren	🟢
Holunderbeere	🟡
Johannisbeeren	🔴
Khakis	🟢
Kirschen	🟢
Kiwi	🔴
Limette	🔴
Litschi	🟢
Mandarinen	🔴
Mango	🟢
Marillen	🟢
Melonen	🟢
Nektarinen	🟢
Orangen	🔴
Papaya	🔴
Pfirsiche	🟢
Pflaumen	🔴
Preisselbeeren	🟢
Quitte	🟢
Renekloden	🔴
Rhabarber	🔴
Rosinen	🟢
Stachelbeeren	🟢
Weintrauben, hell	🟢
Zitrusfrüchte	🔴

Getreide, Kartoffeln, Teigwaren, Brot	
Amaranth	🟢
Brötchen, leicht	🔴
Buchweizen	🟢
Bulgur	🔴
Couscous	🔴
Dinkel	🟢
Dinkelnudeln	🟢
Haferflocken, fein	🟢
Haferflocken, grob	🟢
Hefebrot	🔴
Hirse	🟢
Hirseflocken	🟢
Kartoffel	🟢
Knäckebrot	🟡
Leinsamen	🟢
Leinsamen	🟢
Mais	🟢
Maisnudeln	🟢
Maiswaffeln	🟢
Quinoa	🟢
Reis	🟢
Reisnudeln	🟢
Reiswaffeln	🟢
Roggen	🔴
Sauerteigbrot	🟡
Schwarzbrot, schwer	🔴
Toastbrot	🔴
Vollkornbrote	🟢
Weizenprodukte	🔴
Zwieback	🔴

DAO-Hemmer	
Acetylcystein	🔴
Alcuroniumchlorid	🔴
Alprenolol	🔴
Amroxol	🔴
Amilorid	🔴
Aminophyllin	🔴
Amitriptylin	🔴
Antirheumatika NSAR	🔴
Cefotiam	🔴
Cefuroxim	🔴
Choroquin	🔴
Cimetidin	🔴
Clavulansäure	🔴
Cyclophosphamid	🔴
Cycloserin	🔴
Dihydralazin	🔴
Dobutamin	🔴
D-Tubocurarin	🔴
iodhaltige Wirkstoffe	🔴
Isoniazid	🔴
Metamizol	🔴
Metoclopramid	🔴
Metronidazol	🔴
Morphin	🔴
Nichtsteroidale	🔴
Pancuronium	🔴
Pentamidin	🔴
Pethidin	🔴
Prilocain	🔴
Promethazin	🔴
Propafenon	🔴
Propanidid	🔴
Röntgenkontrastmittel	🔴
Theophyllin	🔴
Thiopental	🔴
Verapamil	🔴

Biogene Amine	
Cadaverin	🔴
Phenylethylamin	🔴
Putrescin	🔴
Serotonin	🔴
Spermidin	🔴
Spermin	🔴
Tyramin	🔴

Legende	
Nicht geeignet	🔴
Einzelfallentscheidung	🟡
geeignet	🟢
geeignet wenn Laktosefrei	🟢 L