



GLUTENFREI	GLUTENHALTIG
Milch & Milchprodukte Jegliche H- und Frischmilch Kondensmilch Buttermilch Sahne Gereifte Käsesorten Naturjoghurt	Milch & Milchprodukte Malzhaltige Milchprodukte Fruchtjoghurt
Fleisch & Sonstiges Reines Fleisch ohne Zusätze Meeresfrüchte Geflügel Eier Getrocknete Bohnen & Erbsen	Fleisch & Sonstiges Kroketten Fischstäbchen Jegliches Paniertes Fertige Hackfleischbällchen Pizza Ravioli Ketchup Fertigsaucen
Getreidesorten Mais Soja Tapioka Buchweizen Hirse Amaranth (Fuchsschwanz) Quinoa / Reismelde Lupine Sorghum	Getreidesorten Weizen Dinkel Gerste Roggen Triticale Kamut Hafer Hartweizen Grieß Graupen Couscous Bulgur Malz
Brot & Beilagen Reis Wildreis Glutenfreie Nudeln Mais-Tortillas Brot aus glutenfreien Mehlsorten Kartoffeln Süßkartoffeln	Brot & Beilagen Brot Brötchen Biskuit Muffins Kaffeestückchen Toast Pizzateig „normale“ Nudeln Zwieback Brezeln Waffeln Pfannkuchen
Fette & Öle Butter Margarine Pflanzenöl Backfett, Schmalz	Fette & Öle Saucen und Sahnesaucen (verdickt mit Mehl oder Saucenbinder)



GLUTENFREI	GLUTENHALTIG
Früchte Frische Früchte Gefrorene Früchte Fruchtsäfte (100%)	Früchte -
Gemüse & Salate Frisches Gemüse Gefrorenes Gemüse Kartoffeln Yamswurzel Taro	Gemüse & Salate Paniertes Gemüse
Snacks & Desserts Brauner und weißer Zucker Gelatine Honig Reines Kakaopulver	Snacks & Desserts Fertig-Kuchen Kekse Donuts Kuchenmischungen Eiscreme
Getränke Tee Kohlensäurehaltige Getränke Fruchtsäfte (100%) Mineralwasser Wein Kaffee	Getränke Ovomaltine Malzgetränke Bier
Verdickungsmittel Gelatine Maismehl Kartoffelmehl Kartoffelstärke Reismehl Sojamehl Tapioka Sago	Verdickungsmittel Weizen-Stärke Jegliches Weizenmehl Roggenmehl Malzmehl Gerstenmehl Weizenschrotmehl
Gewürze Salz Pfeffer Gartenkräuter Nelken Ingwer Muskat Zimt Mononatrium-Glutamat	Gewürze Bierhefe Hefeextrakt (enthält Gerste)