

Inhalte der Diagnosegruppen

Gruppe 1 Proteine

Aal
Büchsensardellen
Frische Sardellen
Frischer Kabeljau
Frischer Thunfisch
Goldbrasse
Marinierter Thunfisch
Meerbrassen
Schwertfisch
Seezunge
Stockfisch
Thunfisch in Öl
Weißling
Wolfsbarsch

Gruppe 2 Proteine

Forelle
Heilbutt
Lachs
Marinierte Sardinen
Rotbarben
Räucherlachs
Sardinen
Seeaal
Seehecht
Seeteufel
Steinbutt
Ölsardinen

Gruppe 3 Proteine

Austern
Calamares
Calamares in Dose
Dosenkaviar
Flußkrebse
Froschschenkel
Garnelen
Hummer
Languste
Langustenschwanz
Miesmuscheln
Miesmuscheln in der Dose
Oktopus
Jacobs-/Pilgermuschel
Schnecken
Schwimmkrabben
Tintenfisch

Gruppe 4 Proteine

Hammelfleisch
Hase
Kalbsfilet
Kalbskotelett
Kalbsrippe
Kaninchen
Lammfleisch
Lammkotelett
Lammrippe
Lammsteak
Ochsenfleisch
Rindfleisch
Schweinefleisch
Schweinekotelett
Speck, Bacon
Wildschwein
Zicklein

Gruppe 5 Proteine

Dauerwurst
Frankfurter Würstchen
Frische Blutwurst
Frische Würstchen
Gänseleber (Foie-Gras)
Gekochter Schinken
Geräucherter Schinken
Kalbsleber
Kalbsnieren
Kalbszunge
Leberkäse
Leberpastete
Luftgetrockneter Schinken
Mortadella
Saumagen
Schinkenspeck vom Schwein
Schweineleber
Schweinezunge
Schweinswürstchen in der Dose
Weißwürste

Gruppe 6 Proteine

Ente
Fasan
Gänsefleisch
Hähnchen
Hühnerfilet
Hühnerleber
Putenfleisch
Rebhuhn
Suppenhuhn
Truthahn
Wachte
|

Gruppe 7 Proteine

Früchtejoghurt
Halbfette Milch
Kondensmilch
Magerjoghurt
Magermilch
Milchpulver
Naturjoghurt
Naturjoghurt gezuckert
Sahne
Schafsmilch
Sojamilch
Vollmilch
Ziegenmilch

Gruppe 8 Proteine

Ei
Eigelb
Eiweiß
Fettarme Majonäse
Knoblauchmajonäse
Majonäse
Majonäse aus Olivenöl
Majonäse aus Sojaöl
Roquefortsoße
Sauce Bechamel
Sauce Bernaise
Sauce Bolognese
Sauce Carbonara
Sauce Hollandaise

Gruppe 9 Proteine

Camembert
Cheddar Käse
Emmentaler Käse
Fetter Käse (>40%)
Frischkäse mit Geschmack
Geriebener Parmesankäse
Gervais Käse
Gorgonzola
Gouda
Gruyere
Mozarella
Rohmilchkäse
Roquefortkäse/Schimmelkäse
Rundkäse, Edamer
Schmelzkäse
Ziegenkäse

Gruppe 10 Kohlenhydrate

Bisquit
Gerste
Getreideflocken mit Honig
Hafer
Milchbrötchen
Milchreis
Roggen

Ungesüßte Getreideflocken
Vollkornreis
Weiße Bohnen
Weiße Bohnen in Dosen
Weißer Reis
Zwieback

Gruppe 11 Kohlenhydrate

Buchweizen
Corn Flakes (Mais)
Croissant
Dinkel
Donuts
Gebäck, im heißen Fett gebacken
Hafermehl
Hefe
Hirse/Cous-Cous
Kekse
Leinsamen, geschrotet
Maismehl
Polenta
Reismehl
Roggenmehl
Sojamehl
Vollkornkekse

Gruppe 12 Kohlenhydrate

Grüne Bohnen in Dosen
Grüne Frische Bohnen
Frisches Soja
Getrocknete Bohnen
Getrocknetes Soja
Grüne Erbsen
Grüne Erbsen in Dosen
Kichererbsen
Kichererbsen in Dosen
Kidney Bohnen
Kidney Bohnen in Dosen
Linsen
Linsen in Dosen
Mais
Puffmais
Tiefgefrorene Erbsen
Trockenerbsen

Gruppe 13 Kohlenhydrate

Brot, Mischbrot
Baguette
Ciabatta
Dunkles Weizenbrot
Laugengebäck
Maicena
Mondamin
Paniermehl
Roggenbrot
Stärkemehl
Toastbrot
Ungesalzenes Brot

Ungesalzenes Toastbrot
Ungesalzenes Vollkornbrot
Vollkornbrot
Vollkornweizenmehl
Weißbrot
Weizengries
Weizenkeime
Weizenkleie
Weizenmehl

Gruppe 14 Kohlenhydrate

Bratkartoffeln/Rösti
Deutsche Nudeln, Eiernudeln
Fadennudeln
Grießbrei
Italienische Nudeln, Pasta (Hartweizen)
Kartoffelchips
Kartoffeln, gekocht
Kartoffelpüree mit Milch
Pizza
Pommes Frites
Salzkartoffel

Gruppe 15 Gemüse

Artischocken
Auberginen
Avocados
Broccoli
Feldsalat
Grüne Oliven
Kohlrabi
Kürbis
Mangold
Schwarze Oliven
Sellerie
Steckzwiebel
Zucchini
Zwiebel

Gruppe 16 Gemüse

Blumenkohl
Chicoree
Endiviensalat
Konservenspargel
Kopfsalat, Blattsalat
Rosenkohl
Rotkohl
Rotkohl in Konserven
Sauerkraut
Spargel
Spinat
Wirsing
Zuckerrüben

Gruppe 17 Gemüse

Frische kleine Gürkchen
Gelber Paprika
Grüner Paprika
Lauch
Paprikaschoten in Dosen
Roter Paprika
Roter Rettich
Salatgurke
Schwarzwurzeln in Dosen
Tomatenpaprika
Weißer Rettich

Gruppe 18 Gemüse

Champignons
Dosentomaten
Echter Reizker
Frischer Meerrettich
Gebratene Tomaten in Dosen
Möhren
Möhren in Dosen
Möhrensaft
Pfifferlinge
Reife Tomaten
Rote Beete in Konserve
Rote Rüben
Steinpilze
Tomatensaft
Weißkohl

Gruppe 19 Obst

Aprikose
Aprikosen in Konserven
Frische Datteln
Frühfeigen
Getrocknete Aprikosen
Heidelbeeren
Himbeere
Kirschen, süß
Pflaumen
Quitte
Quittenkompott

Gruppe 20 Obst

Äpfel
Brombeere
Erdbeere
Frische Feigen
Granatäpfel
Kiwi
Limette
Mandarine
Mango
Pfirsich
Rhabarber
Rote Johannisbeere
Sauerkirschen

Schwarze Johannisbeere
Zitrone

Gruppe 21 Obst

Ananas
Apfelsine
Banane
Birne
Dunkle Trauben
Helle Trauben
Maulbeeren
Honigmelone
Nektarine
Pampelmuse
Papaya
Wassermelone

Gruppe 22 Obstsäfte

Ananassaft
Apfelsaft
Birnensaft
Erdbeersaft
Grapefruitsaft
Multivitamin Obstsaft
Orangensaft
Pfersichsaft
Traubensaft
Zitronensaft

Gruppe 23 Trockenfrüchte

Gebratene Mandeln
Geröstete Erdnüsse
Geröstete Mandeln
Getrocknete Aprikose
Getrocknete Feigen
Getrocknete Maronen
Getrocknete Pflaumen
Haselnüsse
Kokosnuss
Maronen
Pinienkerne
Pistazien
Rohe Mandeln
Rosinen
Sesamkerne
Sonnenblumenkerne
Walnüsse

Gruppe 24 Öle und Fette

Butter
Butterschmalz
Einfache Margarine
Erdnussöl
Maisöl

Olivenöl
Pflanzenmargarine
Rapsöl
Reines Olivenöl, kaltgepresst
Schweineschmalz
Sojaöl
Sonnenblumenöl
Traubenkernöl
Walnussöl

Gruppe 25 Zucker und zuckerhaltige Produkte

Ahornsirup
Bitterschokolade
Brauner Zucker
Fructose
Gezuckertes Kakaopulver
Halbbittere Schokolade
Honig
Kakaopulver
Kandiszucker
Lactose
Limonade
Melasse
Milchschokolade
Milchzucker
Nicht raffiniertes Zucker
Nougat
Nussschokolade
Weiße Schokolade
Weißer Zucker raffiniert

Gruppe 26 Verschiedene

Alkoholfreies Bier
Coca Cola
Colagetränk
Erfrischungsgetränk Orange
Erfrischungsgetränk Zitrone
Malzbier
Mineralwasser mit Kohlensäure
Mineralwasser ohne Kohlensäure
Tonic Water

Gruppe 27 Verschiedene

Bohnenkaffee
Cappuccino
Espresso
Grüner Tee
Kamille
Koffeinfreier Kaffee
Lindenblütentee
Löslicher Kaffee
Malzkaffee
Pfefferminz
Rooibuschtee
Schwarzer Tee

Gruppe 28 alkoholische Getränke

Apfelwein, Most
Dunkelbier
Ginger
Helles Bier, Export
Pils
Rotwein
Sangria
Sekt/Champagner
Sherry, trocken
Weißwein
Weizenbier
Wermut

Gruppe 29 alkoholische Getränke

Anislikör, Raki
Cognac
Eierlikör
Fernet Branca
Gin
Rum
Schnaps
Whisky
Wodka

Gruppe 30 Gewürze und Kräuter

Apfelessig
Balsamicoessig
Basilikum
Chili
Dill, Kerbel
Ketchup
Kresse
Knoblauch
Petersilie
Schnittlauch
Senf
Süßer Senf
Weinessig

Gruppe 31 Gewürze und Kräuter

Anis
Curry
Gemahlener Pfeffer
Gewürznelken
Ingwer
Kümmel
Majoran
Meersalz
Mohn
Muskatnuss
Paprikapulver
Pfeffer, bunter
Safran
Salbei
Zimt

Gruppe 32 Zusatzmittel

Aspartam E951
Benzoessäure E210
Farbstoffe E120-127
Glutamat E620-E625
Süßstoff E954
Zyclamat E952