

## בדיקת מזון

האם יש רגישות למזונות מהמשפחה של \_\_\_\_\_ ?  
אם קיימת רגישות סמן V ו/או % ההתאמה.

### אגוזים וגרעינים

V		V		V	
	גרעינים לבנים		אגוזי קוקוס		גרעיני אבטיח
	גרעיני דלעת		אגוזי חלב (פיסטוק)		אגוזי הייזל
	גרעיני חמניות		אגוזי מלך		אגוזי פילברט
	גרעיני שומשום		אגוזי ברזיל		אגוזי פקאן
	שקדים		ערמונים		אגוזי קליפורניה
			בוטנים		קוקוס

### חלב

V		V		V	
	גלידת פירות		מי גבינה		אשל
	גלידת חלב		מי חמאה		יוגורט מחלב כבשים
	גלידת שמנת		חלב פר מפוסטר		יוגורט מחלב פרה
	גלידת שלגון		לבניה		פריגורט
	חלב פרה דל שומן מעוקר		חלב פרה דל שומן מפוסטר		לבן
	חלב עיזים		שמנת מתוקה		שמנת חמוצה
	חלב כבשים		יוגורט קפוא		קפיר
	חלב אבקה		חלב אם		חלב
	חובצה (חלב-חמאה)		חלב חמוץ		חלב משומר
					ביפידובקטריום

### חלב – גבינות

V		V		V	
	גבינה מותכת (מעובדת)		גבינת קצ'קבל (מעושנת)		גבינה שוויצרית (אמנטל)
	גבינה צפתית		גבינה עתירת שומן		גבינת צ'דר
	גבינה בולגרית		גבינת קוטג' כחושה		גבינת רוקפור
	גבינה הולנדית (אדם)		גבינת קוטג' שמנה		גבינה לבנה כחושה
	גבינת צאן חצי שמנה		גבינה לבנה שמנה		גבינה לבנה חצי שמנה
	גבינת צאן		גבינה רכה		גבינה קשה
	גבינה רכה		גבינה קשה		קממבר

## דגים ופירות ים

V		V		V	
	דג סלומון		דג מלוח		דג פילה
	דג קרפיון		דג מלוח מעושן		דג בקלה
	דגים ממולאים		דג מלוח כבוש		דג טונה משומר במים
	דג נסיכת הנילוס		דג משב רבנו (סול)		דג טונה משומר בשמן
	דג זהבון		דג מקרל		דג טרוטה
					פירות ים

## בשר

V		V		V	
	לשון בקר		בשר תרנגול הודו		בשר
	נקניק		תרנגולת, קורקבנים		בשר אווז
	נקניק יבש (סלאמי)		כבד בקר		בשר בקר
	נקניק כבד		כבד כבש		בשר כבש
	נקניק מבושל		כבד עגל		בשר עגל
	בשר חזיר		כבד עוף		בשר עוף
					טופו

## דגנים

V		V		V	
	קמח תפוחי אדמה		פיתה		אורז לבן
	לחם מחיטה מלאה		פיצה		אורז מלא
	לחמניות		קורנפלקס		אטריות
	מצות		צנימים		אפיפיות (ואפלים)
	מציות		עמילן תירס		בורגול
	נבטי חיטה		קמח מלא (100%)		כוסמת
	סולת		קמח אחיד (100%)		גריסי פנינה
	סובין		קמח לבן (100%)		שיבולת שועל
	לחם לבן		קמח תופח מאליו		עוגת גבינה
	לחם לבן "חלה"		שקדי מרק		עוגת פירות
	קמח תירס מבושל		עוגת שוקולד		עוגת שמרים
	פשתן		שעורה		דוחן
	פרג		כוסמין		קמח חיטה
					שיפון

## פירות

V		V		V	
	אפרסק		אנונה		אבוקדו
	בננה		אננס		אבטיח
	גויאבה		אפרסמון		אגסים
	פג'ויאה		מנדרינה		דובדבן
	פיטנגו		משמש		זיתים ירוקים כבושים
	פפאיה		עגבנייה		זיתים שחורים
	צבר		ענבים		לימון
	קיווי		פומלה		ליצי'
	קלמנטינה		פטל אדום		מנגו
	שזיף		רימון		ריבס
	תות עץ		תאנה ירוקה		שסק
	תפוחי עץ חרמון		תמרים		תות שדה
	תפוחי זהב		תפוחי עץ ניו-אורלינס		תפוחי עץ יונתן
	אשכולית		תפוז		מלון
			אוכמניות		תאנה

## פירות יבשים

V		V		V	
	שזיפים		תאנים		משמש
	תפוחי עץ		תמרים		צימוקים

## ירקות

V		V		V	
	עולש		סויה, קמח		מלפפון
	פטרזיליה		סויה דמוי בשר		נבטים
	שעועית צהובה/ ירוקה		קולרבי		סויה, פולי
	תירס צהוב		קישואים		פטריות
	תפוחי אדמה		שמרי אפיה טריים		פלפל אדום
	תפוחי אדמה מתוקים		שמרי בירה		פלפל צהוב/אדום/ירוק
	חצילים		סלק		צנונית
	שמיר		גרגר הנחלים		כוסברה
	צנון לבן		בטטה		פלפל חריף
	כרוב/ כרוב ניצנים		בצל		גזר
	סלרי		שומר		כרובית
	כרישה		תרד		ברוקולי
	שמפיניון		שום		חסה

					אפונה
--	--	--	--	--	-------

### משקאות

V		V		V	
	קפה האג		יין שולחני יבש		מיץ פירות טבעי
	נס קפה		יין תוסס (שמפניה)		בירה לבנה
	קפה שחור/ אספרסו		משקאות חריפים		בירה שחורה
	קפה דגניים		משקאות קלים		חומץ
	תה צמחים		קקאו עם חלב		חומץ טבעי
	תה ירוק		מיץ עגבניות		חומץ הדרים
	תה שחור		רום		חומץ בן יין
	תה רגיל		וויסקי		יין אדום
	מיץ ירקות		קוניאק		יין לבן

### קטניות

V		V		V	
	פולים ירוקים		עדשים		אפונה יבשה
	פלאפל		פול מצרי		חמוס יבש
	שעועית לבנה יבשה				

### שמנים

V		V		V	
	שמן זית		שמן קנולה		מרגרינה/ חמאה
	שמן מזולה		שמן חמנייה		שמן סויה
	שמן טיגון		שמן בוטנים		שמן מזוקק

### תבלינים

V		V		V	
	פפריקה		ריחן (בזיליקום)		חרדל צהוב מוכן
	כמון		זנגוויל		מיונית
	זעתר		נענע		עגבניות, קטשופ
	כורכום		פלפל שחור/ לבן		מלח/ מלח ים
	קארי		הל		קינמון
	סומאק		אורגנו		זעפרן
	עלי דפנה		מונסודיום גלוטמט		טימין
	ציפורן		קימל		טרגון

	רוזמרין		מוסקט		צלפים
	עירית		אניס		לענה
			hypericum		זרעי שומר

### שונות

V		V		V	
	רסק עגבניות		טופי חלב		אצות ים יבשות
	חומוס		טחינה		ביצה
	דבש		לפת		ביצה, חלבון
	דבש מלכות		ליקוריץ		ביצה, חלמון
	חלבה		אבקת אפייה		ג'לי / ג'לטין
	חמאת בוטנים		ריבה		שוקולד
	שמרים		רפרפת (פודינג)		סוכריות
	קקאו		מים		מי ורדים
	אספרטם		סכרין		שוקולד
	סוכר פירות		קנה סוכר		סוכר לבן
	וניל		מולסה (סוכר סלק)		סוכר חום
	פקעות ורדים		מנטה		קמומיל
	היפריקום		פריחת LIME		משחת לימון
	גלוטן		Bifidobacterium		Verbena officinalis

### דברים אחרים

V		V		V	
	פרווה		ניילון		דשא
	חומרי הדברה		קוסמטיקה		סוגי בדים
	עקיצות		קרינה		חומרי ניקוי
	יונים, אפרוחים, גוזלים		תרופות		חרקים
	עצים		צמחים		בעלי חיים (לברר איזה)