

# 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  
Milkschokolade  
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