



PANEL VEGETARIANO BÁSICO: 88 Alimentos de dieta ovolácteo-vegetariana

Almendra	Azúcar de Caña	Huevo de Gallina	Lentejas	Pimiento	Judía verde	Trigo sarraceno	Berenjena	Malta	Piña	Alga espirulina
Manzana	Melón	Ajo	Champiñon	Pera	Girasol	Apio	Nuez	Mijo	Ciruela	Calabaza
Alcachofa	Zanahoria	Lácteos de Cabra	Avena	Alubia pinta	Tomate	Cereza	Higo	Semillas de Mostaza	Huevo de Codorniz	Fresa
Espárrago	Coliflor	Uva	Oliva	Patata	Trigo	Castaña	Avellana	Nabo	Quinoa	Té
Plátano	Acelga	Guisante	Cebolla	Arroz	Aguacate	Canela	Lúpulo	Orégano	Rábano	Sandía
Cacao	Garbanzo	Miel	Naranja	Lácteos de Oveja	Albaricoque	Cola	Kiwi	Pimienta negra	Centeno	Levadura de Pan
Café	Maiz	Lechuga	Perejil	Soja	Habas	Pepino	Laurel	Menta	Sésamo	Levadura de Cerveza
Col Repollo	Lácteos de Vaca	Limón	Melocotón	Espinaca	Remolacha	Dátil	Puerro	Cacahuete	Espelta	Calabacín