

Jakie produkty spożywcze zawiera profil podstawowy śródziemnomorski (*myfoodprofile mediterranean basic 1*)?



Zboża zawierające gluten

Gluten

Mąka jęczmienna

Mąka orkiszowa

Mąka pszenna

Otręby owsiane



Zboża bezglutenowe i alternatywne produkty żywnościowe

Kukurydza

Mąka gryczana

Ryż



Produkty mleczne i jajka

Białko jajka (kurze)

Mleko kozie

Mleko owcze

Mleko krowie

Żółtko jajka (kurze)



Mięso

Indyk

Jagnięcina

Kurczak

Wieprzowina

Wołowina



Ryby i owoce morza

Dorsz

Łosoś

Mieszanka owoców morza (ośmiornica, mątwą, kalmar)

Mieszanka skorupiaków (omulek jadalny, małż)

Tuńczyk



Rośliny strączkowe

Groch

Mieszanka roślin strączkowych (bób, fasola kidney, ciecierzycza, soczewica)

Ziarno soi



Warzywa

Bakłażan

Cebula

Cukinia

Marchewka

Mieszanka grzybów 1 (bocznik ostrygowaty, pieczarka, grzyb shiitake, kurka)

Mieszanka kapust (brokuły, kapusta biała, kapusta włoska)

Salata masłowa

Papryka

Pomidor

Seler

Szpinak

Ziemniak



Owoce

Ananas

Arbuz

Banan

Gruszka

Jabłko

Kiwi

Mieszanka cytrusów (cytryna, pomarańcza)

Mieszanka owoców (morela, wiśnia, brzoskwinia, śliwka)

Mieszanka winogrona (jasne, ciemne)

Truskawka



Zioła i przyprawy

Czosnek

Mieszanka pieprzu (pieprz cayenne, pieprz czarny)



Różne

Drożdże piwne

Mieszanka substancji pobudzających (kawa, ziarno kakaowca, czarna herbata)

Proszek do pieczenia



Orzechy i nasiona

Mieszanka orzechów (orzech włoski, orzech laskowy, migdał, orzeszek ziemny)

Profil podstawowy *myfoodprofile mediterranean basic 1*

Gdzie wykonasz profil podstawowy śródziemnomorski?

Na stronie myfoodprofile.com.pl znajdziesz najbliższe laboratorium wykonujące badanie.

Znajdź laboratorium wykonujące testy **myfoodprofile**

Wpisz miasto, ulicę

Znajdź laboratorium

1. Wpisz swój adres.
2. Uzyskasz listę 3 najbliższych laboratoriów wraz z adresem, lokalizacją na mapie, godzinami pracy i numerem telefonu.
3. Jeśli chcesz poznać więcej szczegółów, np. cenę badania myfoodprofile, skontaktuj się bezpośrednio z laboratorium.

Dlaczego warto wybrać profil podstawowy śródziemnomorski?

1. Wiarygodny wynik

Badanie immunologiczne przeprowadza wykwalifikowany personel medyczny.

2. Łatwa interpretacja

Wyniki w trójkolorowej skali ułatwiają zrozumienie, które produkty eliminować (czerwony), ograniczać (żółty) lub spożywać bez obaw (zielony).

3. Indywidualny przewodnik dietetyczny

Wraz z wynikiem otrzymasz spersonalizowany przewodnik dietetyczny, który zostanie stworzony specjalnie dla Ciebie, na podstawie Twoich wyników badań.

Dowiesz się, jak należy dopasować dietę do Twoich indywidualnych potrzeb. Przewodnik dietetyczny wskaże Ci, które produkty możesz spożywać, które należy ograniczyć lub czasowo wyeliminować.

