

Skupina 1

Prazna vrednost	2 / 1 artičoka Reakc.: 16%	3 / 28 jajčevac Reakc.: 6%
4 / 18 avokado Reakc.: 5%	5 / 22 koromač Reakc.: 13%	6 / 23 kumara Reakc.: 4%
7 / 29 korenje Reakc.: 5%	8 / 8 por Nizka Reakc.: 23%	9 / 24 koruza Reakc.: 8%
10 / 10 blitva Reakc.: 9%	11 / 11 paprika Reakc.: 5%	12 / 348 steb. zelena Reakc.: 18%
13 / 32 paradižnik Reakc.: 11%	14 / 27 bučka Reakc.: 8%	15 / 39 čebula Nizka Reakc.: 22%
16 / 20 belgijski radič Reakc.: 7%	17 / 254 ledenka Reakc.: 14%	18 / 3 endivija Reakc.: 11%
19 / 225 motovilec Reakc.: 14%	20 / 6 glav. solata Reakc.: 9%	21 / 231 radič Reakc.: 6%
22 / 221 rukola Srednja Reakc.: 29%	23 / 16 špinata Reakc.: 18%	Maksimalna vrednost

Skupina 2

Prazna vrednost	2 / 19 cvetača Reakc.: 18%	3 / 2 brokoli Reakc.: 6%
4 / 21 kitajsko zelje Reakc.: 8%	5 / 5 listnat ohrovt Reakc.: 8%	6 / 34 kolerabica Reakc.: 5%
7 / 35 rum. koleraba Reakc.: 15%	8 / 297 cvetača rom. Srednja Reakc.: 27%	9 / 13 brstični ohrovt Reakc.: 17%
10 / 229 rdeče zelje Reakc.: 10%	11 / 17 belo zelje Reakc.: 19%	12 / 219 ohrovt Reakc.: 8%
13 / 332 buča hokaido Reakc.: 19%	14 / 33 krompir Reakc.: 0%	15 / 269 pastinak Reakc.: 6%
16 / 36 peterš. koren. Reakc.: 15%	17 / 38 redkvice Reakc.: 5%	18 / 31 rdeča pesa Reakc.: 10%
19 / 242 črni karefiol Reakc.: 4%	20 / 15 gom. zelena Visoka Reakc.: 38%	21 / 26 beluš Srednja Reakc.: 29%
22 / 234 sladki krompir Reakc.: 15%	23 / 235 topinambur Reakc.: 13%	Maksimalna vrednost

Skupina 3

Prazna vrednost	2 / 77 janež Reakc.: 4%	3 / 241 čemaž Reakc.: 8%
4 / 78 bazilika Reakc.: 12%	5 / 80 koper Reakc.: 8%	6 / 149 med Zelo visoka Reakc.: 51%
7 / 131 ingver Reakc.: 14%	8 / 152 kava Reakc.: 5%	9 / 132 česen Reakc.: 8%
10 / 341 koriander Reakc.: 18%	11 / 7 kreša Srednja Reakc.: 25%	12 / 133 kumina Reakc.: 9%
13 / 25 hren Reakc.: 14%	14 / 87 origano Reakc.: 9%	15 / 12 peteršilj Reakc.: 18%
16 / 88 kaj. poper Reakc.: 10%	17 / 89 črni poper Reakc.: 7%	18 / 90 rožmarin Reakc.: 4%
19 / 91 žajbelj Reakc.: 10%	20 / 14 drobnjak Reakc.: 8%	21 / 92 timijan Reakc.: 7%
22 / 157 vanilja Reakc.: 0%	23 / 158 cimet Reakc.: 5%	Maksimalna vrednost

Skupina 4

Prazna vrednost	2 / 151 rožič Reakc.: 3%	3 / 42 bob Reakc.: 15%
4 / 44 zel. st. fižol Reakc.: 12%	5 / 45 grah Reakc.: 10%	6 / 217 rožič. moka Reakc.: 5%
7 / 175 kakav, zrno Srednja Reakc.: 32%	8 / 46 čičerka Reakc.: 20%	9 / 287 rdeči fižol Zelo visoka Reakc.: 62%
10 / 47 leča Reakc.: 17%	11 / 328 volčji bob Reakc.: 14%	12 / 305 fižol mungo Reakc.: 9%
13 / 48 soja Zelo visoka Reakc.: 62%	14 / 227 sladki grah Reakc.: 4%	15 / 147 ind. orešček Reakc.: 12%
16 / 148 arašid Nizka Reakc.: 21%	17 / 121 lešnik Nizka Reakc.: 23%	18 / 109 kokosov oreh Visoka Reakc.: 34%
19 / 248 oreščki makar Reakc.: 5%	20 / 122 mandelj Reakc.: 11%	21 / 37 kostonj Reakc.: 8%
22 / 124 pistacija Reakc.: 4%	23 / 127 oreh Reakc.: 6%	Maksimalna vrednost

Stran 2

Skupina 5

Prazna vrednost	2 / 94 ananas Reakc.: 20%	3 / 95 jabolko Reakc.: 4%
4 / 96 marelica Reakc.: 5%	5 / 97 banana Reakc.: 5%	6 / 98 hruška Reakc.: 8%
7 / 101 datelj Reakc.: 8%	8 / 102 jagoda Reakc.: 18%	9 / 104 malina Reakc.: 5%
10 / 106 rbez Reakc.: 6%	11 / 107 češnja Reakc.: 9%	12 / 108 kivi Reakc.: 20%
13 / 144 mandarina Reakc.: 3%	14 / 110 mango Reakc.: 14%	15 / 145 pomaranča Reakc.: 12%
16 / 146 grenivka Reakc.: 7%	17 / 112 papaja Reakc.: 6%	18 / 113 breskev Reakc.: 13%
19 / 114 sliva Reakc.: 16%	20 / 117 lubenica Srednja Reakc.: 27%	21 / 118 belo grozdje Reakc.: 9%
22 / 93 limona Reakc.: 8%	23 / 120 melona Reakc.: 8%	Maksimalna vrednost

Skupina 6

Prazna vrednost	2 / 294 sir appenz. Zelo visoka Reakc.: 49%	3 / 159 pinjenec Zelo visoka Reakc.: 57%
4 / 160 sir kamamber Reakc.: 20%	5 / 161 ementalec Zelo visoka Reakc.: 55%	6 / 163 gavda Zelo visoka Reakc.: 59%
7 / 293 sir grojer Srednja Reakc.: 27%	8 / 162 mladi sir Zelo visoka Reakc.: 53%	9 / 164 jogurt Srednja Reakc.: 27%
10 / 165 kravje mleko Visoka Reakc.: 42%	11 / 166 mocarela Zelo visoka Reakc.: 64%	12 / 167 parmezan Zelo visoka Reakc.: 59%
13 / 342 skuta Srednja Reakc.: 25%	14 / 170 ovčji sir Srednja Reakc.: 30%	15 / 169 topljeni sir Reakc.: 17%
16 / 236 kobilje mleko Reakc.: 8%	17 / 257 sir tilsiter Zelo visoka Reakc.: 76%	18 / 171 kozje mleko Reakc.: 14%
19 / 284 kozji sir Reakc.: 12%	20 / 172 plesen A. nig. Zelo visoka Reakc.: 88%	21 / 128 pekovski kvas Visoka Reakc.: 44%
22 / 129 pivski kvas Srednja Reakc.: 28%	23 / 137 užitne gobe Zelo visoka Reakc.: 94%	Maksimalna vrednost

Skupina 7

Prazna vrednost	2 / 54 rače meso Reakc.: 12%	3 / 55 pišč. meso Reakc.: 15%
4 / 56 jajčni rum. Reakc.: 10%	5 / 57 jajčni beljak Reakc.: 10%	6 / 58 puranje meso Nizka Reakc.: 21%
7 / 216 noj Reakc.: 16%	8 / 51 jagnjetina Srednja Reakc.: 27%	9 / 52 srnina Srednja Reakc.: 29%
10 / 53 govedina Srednja Reakc.: 25%	11 / 154 svinjina Zelo visoka Reakc.: 53%	12 / 274 divji prašič Reakc.: 19%
13 / 60 postrv Reakc.: 14%	14 / 61 kozica Nizka Reakc.: 22%	15 / 63 slanik Reakc.: 5%
16 / 65 polenovka Srednja Reakc.: 25%	17 / 67 losos Reakc.: 14%	18 / 68 skuša Reakc.: 10%
19 / 69 školjke Reakc.: 9%	20 / 71 sardina Reakc.: 8%	21 / 73 morski list Nizka Reakc.: 21%
22 / 74 tun Visoka Reakc.: 38%	23 / 189 sipa, ligenj Reakc.: 5%	Maksimalna vrednost

Skupina 8

Prazna vrednost	2 / 180 amarant Reakc.: 8%	3 / 139 ajda Reakc.: 14%
4 / 178 pira Visoka Reakc.: 38%	5 / 329 enozmica Reakc.: 3%	6 / 140 ječmen Srednja Reakc.: 29%
7 / 191 zelena pira Reakc.: 5%	8 / 141 oves Reakc.: 18%	9 / 40 proso Reakc.: 7%
10 / 186 kamut Nizka Reakc.: 23%	11 / 179 kvinoja Reakc.: 0%	12 / 41 riž Reakc.: 8%
13 / 142 rž Reakc.: 18%	14 / 143 pšenica Visoka Reakc.: 42%	15 / 327 divji riž Reakc.: 5%
16 / 76 oslatovo olje Reakc.: 16%	17 / 309 bučna semena Reakc.: 17%	18 / 181 laneno seme Srednja Reakc.: 30%
19 / 265 mak Reakc.: 11%	20 / 135 oliva Reakc.: 3%	21 / 326 nav. ogrščica Visoka Reakc.: 36%
22 / 125 sezam Nizka Reakc.: 21%	23 / 126 sonč. semena Nizka Reakc.: 24%	Maksimalna vrednost

Stran 3

Meso	<u>Živilo</u>	Sadje	<u>Živilo</u>	Začimbe	<u>Živilo</u>
	divji prašič		jabolko		hren
Olja in semena	<u>Živilo</u>		jagoda		ingver
	bučna semena		kivi		janež
	mak		limona		kajenski poper
	oliva		malina		kumina
	osatovo olje		mandarina		vanilija
			mango		
Oreščki in semena	<u>Živilo</u>		marelica		
	indijski orešček		melona		
	kostanj		papaja		
	mandelj		pomaranča		
	oreh		ribez		
	oreščki makadamija		sliva		
	pistacija				
Perutnina	<u>Živilo</u>	Solata	<u>Živilo</u>	Zelenjava	<u>Živilo</u>
	noj		belgijski radič		artičoka
	piščančje meso		endivija		avokado
	račje meso		glavnata solata		belo zelje
Razno	<u>Živilo</u>		ledenka		blitva
	jajčni beljak		motovilec		brokoli
	jajčni rumenjak		radič		brstični ohrovt
	rožič	Stročnice			buča hokaido
	rožičeva moka		<u>Živilo</u>		bučka
			beljakovine volčjega boba		cvetača
Ribe in morski sadeži	<u>Živilo</u>		bob		črni koren
	losos		čičerka		jajčevrec
	postrv	Sveža zelišča	fižol mungo		kitajsko zelje
	sardina		grah		kolerabica
	sipa, ligenj		leča		korenje
	skuša		sladki grah		koromač
	slanik		zeleni stročji fižol		koruza
	školjke				krompir
Sadje	<u>Živilo</u>				kumara
	ananas				listnati ohrovt
	banana				ohrovt
	belo grozdje	Začimbe			paprika
	breskev		<u>Živilo</u>		paradižnik
	češnja		bazilika		pastinak
	datelj		čemaž		peteršiljeva korenina
	grenivka		drobnjak		rdeča pesa
	hruška		koper		rdeče zelje
			koriander (svež)		redkvica
			origano		rumena koleraba
			peteršilj		sladki krompir
			rožmarin		stebelna zelena
			timijan		špinača
			žajbelj		topinambur
Žita in trave	<u>Živilo</u>			Žita	<u>Živilo</u>
	divji riž				enozrnica
	kvinoja				oves
	proso				rž
	riž				zelena pira
				Žita in trave	<u>Živilo</u>
					ajda
					amarant

Živila, ki so pri vas sprožila prekomerno tvorbo protiteles IgG, so obarvana.

ajda		Reakcija: Ni	jajčni beljak		Reakcija: Ni
amarant		Reakcija: Ni	jajčni rumenjak		Reakcija: Ni
ananas		Reakcija: Ni	janež		Reakcija: Ni
arašid		Reakcija: Nizka	ječmen		Reakcija: Srednja
artičoka		Reakcija: Ni	jogurt		Reakcija: Srednja
avokado		Reakcija: Ni	kajenski poper		Reakcija: Ni
banana		Reakcija: Ni	kakavovo zrno		Reakcija: Srednja
bazilika		Reakcija: Ni	kamuť		Reakcija: Nizka
belgijski radič		Reakcija: Ni	kava		Reakcija: Ni
beljakovine volčjega boba		Reakcija: Ni	kitajsko zelje		Reakcija: Ni
belo grozdje		Reakcija: Ni	kivi		Reakcija: Ni
belo zelje		Reakcija: Ni	kobilje mleko		Reakcija: Ni
beluš		Reakcija: Srednja	kokosov oreh		Reakcija: Visoka
blitva		Reakcija: Ni	kolerabica		Reakcija: Ni
bob		Reakcija: Ni	koper		Reakcija: Ni
breskev		Reakcija: Ni	korenje		Reakcija: Ni
brokoli		Reakcija: Ni	koriander (svež)		Reakcija: Ni
brstični ohrovt		Reakcija: Ni	koromač		Reakcija: Ni
buča hokaido		Reakcija: Ni	koruza		Reakcija: Ni
bučka		Reakcija: Ni	kostanj		Reakcija: Ni
bučna semena		Reakcija: Ni	kozica		Reakcija: Nizka
cimet		Reakcija: Ni	kozje mleko		Reakcija: Ni
cvetača		Reakcija: Ni	kozji sir		Reakcija: Ni
cvetača romanesco		Reakcija: Srednja	kravje mleko		Reakcija: Visoka
čebula		Reakcija: Nizka	kreša		Reakcija: Srednja
čemaž		Reakcija: Ni	krompir		Reakcija: Ni
česen		Reakcija: Ni	kumara		Reakcija: Ni
češnja		Reakcija: Ni	kumina		Reakcija: Ni
čičerka		Reakcija: Ni	kvinoja		Reakcija: Ni
čmi koren		Reakcija: Ni	laneno seme		Reakcija: Srednja
čmi poper		Reakcija: Ni	leča		Reakcija: Ni
datelj		Reakcija: Ni	ledenka		Reakcija: Ni
divji prašič		Reakcija: Ni	lešnik		Reakcija: Nizka
divji riž		Reakcija: Ni	limona		Reakcija: Ni
drobnjak		Reakcija: Ni	listnati ohrovt		Reakcija: Ni
ementalec		Reakcija: Zelo visoka	losos		Reakcija: Ni
endivija		Reakcija: Ni	lubenica		Reakcija: Srednja
enozrnica		Reakcija: Ni	mak		Reakcija: Ni
fižol mungo		Reakcija: Ni	malina		Reakcija: Ni
gavda		Reakcija: Zelo visoka	mandarina		Reakcija: Ni
glavnata solata		Reakcija: Ni	mandelj		Reakcija: Ni
gomoljna zelena		Reakcija: Visoka	mango		Reakcija: Ni
govedina		Reakcija: Srednja	marelica		Reakcija: Ni
grah		Reakcija: Ni	med		Reakcija: Zelo visoka
grenivka		Reakcija: Ni	melona		Reakcija: Ni
hren		Reakcija: Ni	mladi sir		Reakcija: Zelo visoka
hruška		Reakcija: Ni	morela		Reakcija: Zelo visoka
indijski orešek		Reakcija: Ni	morski list		Reakcija: Nizka
ingver		Reakcija: Ni	motovilec		Reakcija: Ni
jabolko		Reakcija: Ni	navadna ogrščica		Reakcija: Visoka
jagnjetina		Reakcija: Srednja	noj		Reakcija: Ni
jagoda		Reakcija: Ni	ohrovt		Reakcija: Ni
jajčevce		Reakcija: Ni	oliva		Reakcija: Ni

Živila, ki so pri vas sprožila prekomerno tvorbo protiteles IgG, so obarvana.

oreh		Reakcija: Ni	sliva		Reakcija: Ni
oreščki makadamija		Reakcija: Ni	soja		Reakcija: Zelo visoka
origano		Reakcija: Ni	sončnična semena		Reakcija: Nizka
osatovo olje		Reakcija: Ni	srnina		Reakcija: Srednja
ovčji sir		Reakcija: Srednja	stebelna zelena		Reakcija: Ni
oves		Reakcija: Ni	svinjina		Reakcija: Zelo visoka
papaja		Reakcija: Ni	školjke		Reakcija: Ni
paprika		Reakcija: Ni	špinača		Reakcija: Ni
paradižnik		Reakcija: Ni	timijan		Reakcija: Ni
parmezan		Reakcija: Zelo visoka	topinambur		Reakcija: Ni
pastinak		Reakcija: Ni	topljeni sir		Reakcija: Ni
pekovski kvas		Reakcija: Visoka	tun		Reakcija: Visoka
peteršilj		Reakcija: Ni	užitne gobe		Reakcija: Zelo visoka
peteršiljeva korenina		Reakcija: Ni	vanilija		Reakcija: Ni
pinjenec		Reakcija: Zelo visoka	zelena pira		Reakcija: Ni
pira		Reakcija: Visoka	zeleni stročji fižol		Reakcija: Ni
pistacija		Reakcija: Ni	žajbelj		Reakcija: Ni
piščančje meso		Reakcija: Ni			
pivski kvas		Reakcija: Srednja			
plesen Aspergillus niger		Reakcija: Zelo visoka			
polenovka		Reakcija: Srednja			
pomaranča		Reakcija: Ni			
por		Reakcija: Nizka			
postrv		Reakcija: Ni			
proso		Reakcija: Ni			
pšenica		Reakcija: Visoka			
puranje meso		Reakcija: Nizka			
račje meso		Reakcija: Ni			
radič		Reakcija: Ni			
rdeča pesa		Reakcija: Ni			
rdeče zelje		Reakcija: Ni			
rdeči fižol		Reakcija: Zelo visoka			
redkvice		Reakcija: Ni			
ribez		Reakcija: Ni			
riž		Reakcija: Ni			
rožič		Reakcija: Ni			
rožičeva moka		Reakcija: Ni			
rožmarin		Reakcija: Ni			
rukola		Reakcija: Srednja			
rumena koleraba		Reakcija: Ni			
rž		Reakcija: Ni			
sardina		Reakcija: Ni			
sezam		Reakcija: Nizka			
sipa, ligenj		Reakcija: Ni			
sir appenzeller		Reakcija: Zelo visoka			
sir grojer		Reakcija: Srednja			
sir kamamber		Reakcija: Ni			
sir tilsiter		Reakcija: Zelo visoka			
skuša		Reakcija: Ni			
skuta		Reakcija: Srednja			
sladki grah		Reakcija: Ni			
sladki krompir		Reakcija: Ni			
slanik		Reakcija: Ni			

Živila, ki so pri vas sprožila prekomerno tvorbo protiteles IgG, so obarvana.

Skupina A

Olja in semena

bučna semena	laneno seme (Srednja)	mak	navadna ogrščica (Visoka)
oliva	osatovo olje	sezam (Nizka)	sončnična semena (Nizka)

Sadje

ananas	banana	belo grozdje	breskev
češnja	datelj	grenivka	hruška
jabolko	jagoda	kivi	limona
lubenica (Srednja)	malina	mandarina	mango
marelica	melona	papaja	pomaranča
ribez	sliva		

Solata

belgijski radič	endivija	glavnata solata	ledenka
motovilec	radič	rukola (Srednja)	

Stročnice

beljakovine volčjega boba	bob	čičerka	fižol mungo
grah	leča	rdeči fižol (Zelo visoka)	sladki grah
soja (Zelo visoka)	zeleni stročji fižol		

Sveža zelišča

bazilika	čemaž	drobnjak	koper
koriander (svež)	kreša (Srednja)	origano	peteršilj
rožmarin	timijan	žajbelj	

Zelenjava

artičoka	avokado	belo zelje	beluš (Srednja)
blitva	brokoli	brstični ohrovt	buča hokaido
bučka	cvetača	cvetača romanesco (Srednja)	čebula (Nizka)
črni koren	gomoljna zelena (Visoka)	jajčevec	kitajsko zelje
kolerabica	korenje	koromač	koruza
krompir	kumara	listnati ohrovt	ohrovt
paprika	paradižnik	pastinak	peteršiljeva korenina
por (Nizka)	rdeča pesa	rdeče zelje	redkvica
rumena koleraba	sladki krompir	stebelna zelena	špinača
topinambur			

Žita in trave

ajda	amarant	divji riž	kvinoja
proso	riž		

Skupina B

Meso

divji prašič	govedina (Srednja)	jagnjetina (Srednja)	srmina (Srednja)
svinjina (Zelo visoka)			

Oreški in semena

indijski orešček	kokosov oreh (Visoka)	kostanj	lešnik (Nizka)
mandelj	oreh	oreški makadamija	pistacija

Živila, ki so pri vas sprožila prekomerno tvorbo protiteles IgG, so obarvana.

Skupina B

Perutnina

noj	piščančje meso	puranje meso (Nizka)	račje meso
-----	----------------	----------------------	------------

Razno

jajčni beljak	jajčni rumenjaki	kakavovo zrna (Srednja)	med (Zelo visoka)
rožič	rožičeva moka		

Ribe in morski sadeži

kozica (Nizka)	losos	morski list (Nizka)	polenovka (Srednja)
postrv	sardina	sipa, ligenj	skuša
slanik	školjke	tun (Visoka)	

Začimbe

cimet	česen	črni poper	hren
ingver	janež	kajenski poper	kumina
vanilija			

Žita

enozrnica	ječmen (Srednja)	kamut (Nizka)	oves
pira (Visoka)	pšenica (Visoka)	rž	zelena pira

Skupina C

Kvasovke in glive

pekovski kvas (Visoka)	pivski kvas (Srednja)	plesen Aspergillus niger (Zelo)	užitne gobe (Zelo visoka)
------------------------	-----------------------	---------------------------------	---------------------------

Mleko in mlečni izdelki

ementalec (Zelo visoka)	gavda (Zelo visoka)	jogurt (Srednja)	kobilje mleko
kozje mleko	kozji sir	kravje mleko (Visoka)	mladi sir (Zelo visoka)
mozzarella (Zelo visoka)	ovčji sir (Srednja)	parmezan (Zelo visoka)	pinjenec (Zelo visoka)
sir appenzeller (Zelo visoka)	sir grojzer (Srednja)	sir kamamber	sir tilsiter (Zelo visoka)
skuta (Srednja)	topljeni sir		

Razno

arašid (Nizka)	kava
----------------	------

Prvi dan

Meso:	divji prašič
Olja in semena:	bučna semena, osatovo olje
Oreščki in semena:	kostanj, pistacija
Perutnina:	pišč. meso
Ribe in morski sadeži:	losos, postrv, sipa, ligenj, školjke
Sadje:	breskev, češnja, hruška, jabolko, jagoda, limona, marelica, sliva
Solata:	endivija, ledenka
Stročnice:	čičerka, fižol mungo, grah, sladki grah, volčji bob
Sveža zelišča:	bazilika, čemaž, origano, rožmarin, timijan, žajbelj
Začimbe:	česen, hren, vanilija
Zelenjava:	avokado, buča hokaido, jajčevce, kitajsko zelje, kolerabica, paprika, sladki krompir, špinača
Žita in trave:	amarant, divji riž

Drugi dan

Oreščki in semena:	ind. orešček
Perutnina:	račje meso
Razno:	rožič, rožič. moka
Sadje:	ananas, banana, pomaranča, ribez
Solata:	belgijski radič
Stročnice:	zel. st. fižol
Sveža zelišča:	peteršilj
Začimbe:	cimet, črni poper
Zelenjava:	artičoka, blitva, brokoli, bučka, koruza, peterš. koren., rdeča pesa, rdeče zelje, rum. koleraba, topinambur
Žita:	enoznica, oves
Žita in trave:	proso

Tretji dan

Olja in semena:	mak
Oreščki in semena:	oreščki makad
Sadje:	belo grozdje, datelj, grenivka, melona
Solata:	glav. solata, motovilec
Stročnice:	leča, volčji bob
Sveža zelišča:	drobnjak, koriander
Začimbe:	kaj. poper
Zelenjava:	črni koren, koromač, krompir, paradižnik, pastinak, steb. zelena
Žita:	rž
Žita in trave:	kvinoja

Četrti dan

Olja in semena:	oliva
Oreščki in semena:	mandelj, oreh
Sadje:	kivi, malina, mandarina, mango, papaja
Solata:	radič
Stročnice:	bob
Sveža zelišča:	koper
Začimbe:	ingver, janež, kumina
Zelenjava:	avokado, belo zelje, brstični ohrovt, cvetača, korenje, kumara, listnati ohrovt, ohrovt, redkvice
Žita:	zelena pira
Žita in trave:	ajda, riž

Peti dan

Meso:	divji prašič
Olja in semena:	bučna semena, osatovo olje
Oreščki in semena:	kostanj, pistacija
Perutnina:	pišč. meso
Ribe in morski sadeži:	sardina, skuša, slanik
Sadje:	breskev, češnja, hruška, jabolko, jagoda, limona, marelica, sliva
Solata:	endivija, ledenka
Stročnice:	čičerka, fižol mungo, grah, sladki grah, volčji bob
Sveža zelišča:	bazilika, čemaž, origano, rožmarin, timijan, žajbelj
Začimbe:	česen, hren
Zelenjava:	buča hokaido, jajčevac, kitajsko zelje, kolerabica, paprika, sladki krompir, špinača
Žita in trave:	amarant, divji riž

Šesti dan

Oreščki in semena:	ind. orešček
Perutnina:	račje meso
Razno:	rožič, rožič. moka
Ribe in morski sadeži:	losos, postrv
Sadje:	ananas, banana, pomaranča, ribez
Solata:	belgijski radič
Stročnice:	zel. st. fižol
Sveža zelišča:	peteršilj
Začimbe:	cimet, črni poper, vanilija
Zelenjava:	artičoka, blitva, brokoli, bučka, koruza, peterš. koren., rdeča pesa, rdeče zelje, rum. koleraba, topinambur
Žita:	enoznica, oves
Žita in trave:	proso

Sedmi dan

Olja in semena:	mak
Oreščki in semena:	oreščki makad
Sadje:	belo grozdje, datelj, grenivka
Solata:	glav. solata, motovilec
Stročnice:	leča, volčji bob
Sveža zelišča:	drobnjak
Začimbe:	kaj. poper
Zelenjava:	avokado, črni koren, koromač, krompir, paradižnik, pastinak
Žita:	rž
Žita in trave:	kvinoja

Osmi dan

Olja in semena:	oliva
Oreščki in semena:	mandelj, oreh
Sadje:	kivi, malina, mandarina, mango, melona, papaja
Solata:	radič
Stročnice:	bob
Sveža zelišča:	koper, koriander
Začimbe:	ingver, janež, kumina
Zelenjava:	belo zelje, brstični ohrovt, cvetača, korenje, kumara, listnati ohrovt, ohrovt, redkvica, steb. zelena
Žita:	zelena pira
Žita in trave:	ajda, riž

Živila, za katera ni bilo mogoče določiti protiteles IgG v vaši krvi, oziroma živila, na katera ste reagirali pod mejno vrednostjo

ajda	amarant	ananas	artičoka	avokado
banana	bazilika	belgijski radič	beljakovine volčjega boba	belo grozdje
belo zelje	blitva	bob	breskev	brokoli
brstični ohrovt	buča hokaido	bučka	bučna semena	cimet
cvetača	čemaž	česen	češnja	čičerka
črni koren	črni poper	datelj	divji prašič	divji riž
drobnjak	endivija	enoznica	fižol mungo	glavnata solata
grah	grenivka	hren	hruška	indijski orešček
ingver	jabolko	jagoda	jajčevec	jajčni beljak
jajčni rumenjak	janež	kajenski poper	kava	kitajsko zelje
kivi	kobilje mleko	kolerabica	koper	korenje
koriander (svež)	koromač	koruza	kostanj	kozje mleko
kozji sir	krompir	kumara	kumina	kvinoja
leča	ledenka	limona	listnati ohrovt	losos
mak	malina	mandarina	mandelj	mango
marelica	melona	motovilec	noj	ohrovt
oliva	oreh	oreščki makadamija	origano	osatovo olje
oves	papaja	paprika	paradižnik	pastinak
peteršilj	peteršiljeva korenina	pistacija	piščančje meso	pomaranča
postrv	proso	račje meso	radič	rdeča pesa
rdeče zelje	redkvica	ribez	riž	rožič
rožičeva moka	rožmarin	rumena koleraba	rž	sardina
sipa, ligenj	sir kamamber	skuša	sladki grah	sladki krompir
slanik	sliva	stebelna zelena	školjke	špinača
timijan	topinambur	topljeni sir	vanilija	zelena pira
zeleni stročji fižol	žajbelj			

Živila, na katera ste s protitelesi IgG reagirali nad mejno vrednostjo

arašid	beluš	cvetača romanesco	čebula	ementalec
gavda	gomoljna zelena	govedina	jagnjetina	ječmen
jogurt	kakavovo zmo	kamut	kokosov oreh	kozica
kravje mleko	kreša	laneno seme	lešnik	lubenica
med	mladi sir	mocarela	morski list	navadna ogrščica
ovčji sir	parmezan	pekovski kvas	pinjenec	pira
pivski kvas	plesen Aspergillus niger	polenovka	por	pšenica
puranje meso	rdeči fižol	rukola	sezam	sir appenzeller
sir grojer	sir tilsiter	skuta	soja	sončnična semena
srmina	svinjina	tun	užitne gobe	