



## 批准的食品 清单

---

### 蔬菜

朝鲜蓟芦笋茄子 (茄子) 豆类  
甜菜根  
白菜  
西兰花  
辣椒  
胡萝卜  
菜花  
芹菜  
黄瓜  
新鲜的香草  
大蒜  
韭葱  
生菜  
蘑菇  
洋葱  
欧洲防风草  
豌豆  
土豆  
南瓜  
萝卜  
火箭  
菠菜  
豆芽  
西葫芦  
红薯萝卜  
豆瓣西葫芦

### 水果

苹果  
杏  
牛油果  
香蕉  
浆果 (全部)  
樱桃  
红枣  
无花果  
柚子  
葡萄  
奇异果  
柠檬  
酸橙  
芒果  
桃子  
梨子  
菠萝  
石榴  
甜瓜  
西红柿  
西瓜

.....

### 脂肪油

牛油果  
椰子  
亚麻  
麻籽  
橄榄  
报春花  
芝麻

## 饮料

碱性水  
杏仁奶  
嘉牛奶  
椰奶和奶油花草茶  
柠檬水  
Living Lean 饮料  
豆奶 (不加糖)  
蔬菜汁 (新鲜)

---

## 种子，坚果和谷物

杏仁 荞麦 孜然  
亚麻  
扁豆 澳洲松  
南瓜 藜  
斯佩耳特小麦  
向日葵的种子

## 其他

苹果醋 香醋  
蜜蜂花粉  
可可  
鹰嘴豆泥  
枫糖浆  
味噌酱  
发芽面包  
甜菊糖 (甜味剂) 芝麻酱  
豆腐  
蔬菜高汤  
冰块  
100%有机婴儿食品