ALIMENTS ALCALINISANTS ET ACIDIFIANTS

ALIMENTS IDEAUX	**FRUITS ACIDES**	
	Ananas	Alca
	Citron	Alca
	Clémentine	Alca
	Grenade	Alca
	Groseille	Alca
	Mandarine	Alca
	Orange	Alca
	Pamplemousse	Alca
	FRUITS MI-ACIDES	
	Abricot	Alca
	Cerise	Alca
	Fraise	Alca
	Pêche	Alca
	Poire	Alca
	Pomme	Alca
	Prune	Acid
	Raisin	Alca
	Tomate	Acid
	FRUITS DOUX	
	Banane	Alca
	Datte	Alca
	Figue	Alca
	Pomme douce	Alca
	Raisin doux	Alca
	FRUITS SECHES	
	Abricot	Acid
	Banane mûre	Alca
	Figue	Alca
	Poire	Alca
	Pomme	Alca
	Pruneau	Acid
	Raisin	Alca
	FRUITS NEUTRES	
	Melon	Alca
	Pastèque	Alca
	FRUITS OLEAGINEUX	
	Amandes sèches	Alca
	Noisettes sèches	Acid
	Noix sèches	Acid
	Pistaches	Acid
	LEGUMES Faiblement amidonnés	
	Asperge	Alca
	Aubergine	Alca
	Brocoli	Alca
	Cardon	Alca
	Champignon	Alca
	Chicorée	Alca
	Chou	Alca
	Chou-fleur	Alca
	Ciboulette	Alca
	Citrouille	Alca
ALIMENTS IDEAUX	Concombre	Alca
	Cornichon	Alca
	Courge	Alca
	Courgette	Alca
	Cresson	Alca
	Endive	Alca
	Epinard	Alca
	Haricot vert	Alca
	Laitue	Alca
	Mâche	Alca
	Oseille	Acid
	Poireau	Acid
	Poivron doux	Alca
	Potiron	Alca
	Radis	Alca
	Rhubarbe	Alca
	Scarole	Alca
	LEGUMES Moyennement amidonnés	
	Artichaut	Alca
	Beterave (racine)	Alca
	Carotte	Alca
	Céleri rave	Alca
	Chou de Bruxelle	Alca
	Echalotte	Acid
	Navet (racine)	Alca
	Oignon	Acid
	Panais	Alca
	Persil	Alca
	Pissenlit	Alca
	Rutabaga	Alca
	Salsifis	Alca
	Petit pois frais	Alca
	LEGUMES à amidons concentrés	
	Châtaigne	Alca
	Pomme de terre	Alca
	Topinambour	Alca
	LIPIDES	
	Avocat	Alca
	Olive	Alca
COMPROMIS	MIEL	Acid
	LEGUMES SECS	
	Fèves	Acid
	Haricots secs	Acid
	Lentilles sèchées	Acid
	Pois cassés	Acid
	Soja	Acid
	CEREALES et dérivés	
	Avoine	Acid
	Blé complet	Acid
	Farine blanche	Acid
ALIMENTS COMPROMIS	Maïs	Acid
	Orge complet	Acid
	Riz complet	Acid
	Sarrasin	Acid
	Seigle complet	Acid
	Pain blanc	Acid
	Pain complet	Acid
	Pâtes	Acid
	Semoules	Acid
	Farines de maïs	Acid
	Farine davoine	Acid
	Fécule de pomme de terre	Acid
	PRODUITS LAITIERS LIPIDES	
	Beurre	Acid
	Crème fraîche	Acid
	Lait	
	Lait humain	Alca
	Lait de vache non UHT pour:	
	*l'enfant	Alca
	*l'adulte	Acid
	Lait de vache UHT	Acid
	Protéines maigres	
	Caillé de lait sec pressé	Alca
	Fromage blanc	Alca
	Yaourt écrémé	Acid
	Séré maigre	Alca
	Protéines grasses Fromages à pâte cuite	
	Comté	Acid
	Gruyère	Acid
	Saint Paulin	Acid
	Emmenthal	Acid
	Chèvre	Acid
	ŒUFS	
	Jaune	Alca
	Blanc	Acid
DEGENERESCENCE	**SUBSTANCES ANIMALES**	
	Charcuterie	Acid
	Viande rouge	Acid
	Viande blanche	Acid
	Abats	Acid
	Volailles	Acid
	Poissons	Acid
	Crustacés	Acid
	DIVERS	
	Alcools	Acid
	Cacao	Acid
	Café	Acid
	Condiments - Epices	Acid
	Pâtisserie	Acid
	Sucres artificiels	Acid

‖