

A	Frutas ácidas: pomelo, naranja, lima, tomates, ciruela, mandarina, kiwi
B	Frutas semiácidas: duraznos*, damascos*, frutillas*, cerezas, ananá*, melón, sandía, mango, papaya, uva, pera
C	Frutas neutras: manzanas
D	Frutas desecadas: pasas de uva, dátiles, higos secos, orejones
E	Frutos oleaginosos: aceitunas, almendras, avellanas, nueces, coco, maní*, sésamo, palta*
F	Ajos, cebollas, apio, puerro, hinojo
G	Verduras: acelga, espinaca, coliflor, lechuga, repollo*, brócoli, radicha, radicheta, escarola, berro, brotes de alfalfa
H	Hortalizas, berenjena, alcaucil*, calabaza, zapallo*, pepino, rábano, zanahoria, remolacha, chauchas* (sin pepitas*), ají
I	Feculentos: papas*, batatas, mandioca, banana*
J	Cereales: trigo, trigo morisco, arroz, cebada, centeno, maíz, avena y sus respectivas harinas integrales.
K	Legumbres y brotes de legumbres: lentejas, garbanzos, porotos*, soja, arvejas*, habas, chauchas* (con pepitas*)
N	Limón.
P	Lácteos maternos.