|  |
| --- |
| **Таблица совместимости продуктов для раздельного питания** |
|   |  **+ совместимые продукты питания** |   |
|   |  **- несовместимые продукты питания** |
|   |  **0 допустимые в меру** |
|   | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** |
| 1. Мясо, рыба, птица |   | - | - | - | - | - | - | - | - | + | 0 | - | - | - | - | - |
| 2. Зернобобовые | - |   | 0 | + | + | - | 0 | - | - | + | + | - | - | - | - | 0 |
| 3. Масло сливочное, сливки | - | 0 |   | 0 | - | - | + | + | - | + | + | 0  | - | 0 | - | - |
| 4. Сметана | - | + | 0 |   | 0 | - | + | + | 0 | + | + | - | + | 0 | 0 | - |
| 5. Масло растительное | - | + | - | 0 |   | - | + | + | 0 | + | + | - | - | - | - | + |
| 6. Кондитерские изделия | - | - | - | - | - |   | - | - | - | + | - | - | - | - | - | - |
| 7. Хлеб, крупы, картофель | - | 0 | + | + | + | - |   | - | - | + | + | - | - | 0 | - | 0 |
| 8. Фрукты кислые, помидоры | - | - | + | + | + | - | - |   | 0 | + | 0 | - | 0 | + | - | + |
| 9. Фрукты сладкие, сухофрукты | - | - | - | 0 | 0 | - | - | 0 |   | + | 0 | 0 | + | - | - | 0 |
| 10. Овощи зеленые и некрахмалистые | + | + | + | + | + | + | + | + | + |   | + | - | + | + | + | + |
| 11. Овощи крахмалистые | 0 | + | + | + | + | - | + | 0 | 0 | + |   | 0 | + | + | 0 | + |
| 12. Молоко | - | - | 0 | - | - | - | - | - | 0 | - | 0 |   | - | - | - | - |
| 13. Творог, кисломолочные продукты | - | - | - | + | - | - | - | 0 | + | + | + | - |   | + | - | + |
| 14. Сыр, брынза | - | - | 0 | 0 | - | - | 0 | + | - | + | + | - | + |   | - | 0 |
| 15. Яйца | - | - | - | 0 | - | - | - | - | - | + | 0 | - | - | - |   | - |
| 16. Орехи | - | 0 | - | - | + | - | 0 | + | 0 | + | + | - | + | 0 | - |   |