



Nierendiät

Einkaufsliste



Fleisch & Geflügel

- ☐ Hähnchenbrust
- ☐ Putenbrust
- ☐ Mageres Rindfleisch

Fisch & Meeresfrüchte

- ☐ Kabeljau
- ☐ Schellfisch
- ☐ Tilapia

Obst und Gemüse

- ☐ Äpfel
- ☐ Birnen
- ☐ Pfirsiche
- ☐ Trauben
- ☐ Blaubeeren
- ☐ Erdbeeren
- ☐ Ananas
- ☐ Weißkohl
- ☐ Blumenkohl
- ☐ Gurken
- ☐ Salat
- ☐ Zwiebeln
- ☐ Paprika
- ☐ Radieschen
- ☐ Zucchini
- ☐ Grüne Bohnen
- ☐ Spargel

Trockene Waren

- ☐ Reis
- ☐ Nudeln
- ☐ Eiernudeln

Milchprodukte & Eier

- ☐ Eier

Pflanzlich

- ☐ Tofu
- ☐ Reismilch ohne Anreicherung
- ☐ Mandelmilch

Bäckerei

- ☐ Weißbrot

Tiefkühlkost

- ☐ Blaubeeren (tiefgekühlt)
- ☐ Erdbeeren (tiefgekühlt)
- ☐ Grüne Bohnen (tiefgekühlt)
- ☐ Blumenkohl (tiefgekühlt)

Dosen & Gläser

- ☐ Grüne Bohnen aus der Dose (ohne Salzzusatz)
- ☐ Thunfisch aus der Dose (ohne Salzzusatz)
- ☐ Pfirsiche aus der Dose im eigenen Saft

Snacks & Süßigkeiten

- ☐ Ungesalzenes Popcorn
- ☐ Ungesalzene Brezeln
- ☐ Ungesalzene Cracker
- ☐ Ungesalzene Reiswaffeln

Gewürze & Öle

- ☐ Olivenöl
- ☐ Rapsöl
- ☐ Knoblauch
- ☐ Schwarzer Pfeffer
- ☐ Basilikum
- ☐ Oregano
- ☐ Petersilie
- ☐ Zitronensaft
- ☐ Essig

Getränke

- ☐ Wasser
- ☐ Tee
- ☐ Kaffee
- ☐ Apfelsaft
- ☐ Cranberrysaft
- ☐ Traubensaft



**KAUFE SCHNELLER EIN.
ERSTELLE LISTEN IN DER LISTONIC APP**

