

Apfel	-1,0/+1,0
Apfel, getrocknet	+ 3,0
Ananas	+ 5,0
Artischocken	- 16,0
<hr/>	
Bananen	+ 5,0
Brunnenkresse	+ 5,0
Blumenkohl	+ 5,0
Bohnen, grün	+ 5,0
Bohnenkerne, weiß	+ 12,0
Birnen	+ 3,2
Brombeeren	+ 6,0
Birnen, gedörrt	+ 4,0
Buchweizen, geschält	- 7,2
Butter	- 4,0
<hr/>	
Chichore	+ 7,0
<hr/>	
Dill	+ 18
Datteln	+ 6,0
<hr/>	
Edamer Käse	- 6,0
Endivien	+ 5,0
Erdbeeren	+ 2,0
Erdnüsse	- 17,0
<hr/>	
Feigen, getrocknet	+ 28,0
Feldsalat	+ 0,7
<hr/>	
Gurke	+ 8,0
Grünkohl im März	- 2,7
Grünkohl im Dez.	+ 0,1
Gerstenmehl	- 20,0
Gerste, geschält	- 10,0
<hr/>	
Hagebutten, getr.	+ 15,0
Haselnüsse	- 2,0
Hirse	- 1,6
Heidelbeeren	+ 1,4
Himbeeren	+ 5,0

Johannisbeeren rot	+ 1,0
- weiß	+ 4,0
- schwarz	+ 3,0
<hr/>	
Kohlrabi-Knollen	+ 6,0
Kohlrabi, Blätter	+ 15,0
Kirschen	+ 4,0
Kirschen, saure	+ 2,0
Karotten	+ 10,0
Karotten	+ 10,0
Kartoffeln	+ 7,0
Kartoffelmehl	+ 0,3
Kastanien	+ 9,5
Kürbis	+ 2,0
Kichererbsen	+ 49,0
Kondensmilch	+ 5,0
Kokosnüsse	+ 3,0
Kopfsalat	+ 5,0
Kohlrüben	+ 2,0
<hr/>	
Lauch, Knollen	+ 9,0
Löwenzahn	+ 19,0
Linzen	- 18,0
<hr/>	
Mangold, roh	+ 7,7
Meerrettich	+ 2,7
Maisstärke	- 6,0
Melone	+ 2,0
Milch	+ 5,0
Mais	- 5,0
Möhren	+ 9,0
Magerkäse	- 4,5
Margarine	- 7,0
Mirabellen	+ 4,0
Mohnsamen	+ 31,0
Mandeln	- 3,0
Milchpulver (Voll)	+ 5,0
<hr/>	
Oliven	+ 34,0

Paprika, grün	+ 2,0
Palmin	-11,0
Parmesankäse	- 5,0
Pfirsiche	+ 5,0
Pilze	+ 2-3
Pflaumen	+ 6,0
<hr/>	
Quark	- 17,0
<hr/>	
Römer Salat	+ 6,9
Reis, natur	- 18,0
Reis, geschält	- 11,0
Reismehl	- 3,0
Roggen, geschält	-11,0
Roggenmehl	-16,0
Rettich, schwarz	+ 23,0
- schwarz	+ 3,0
Rettich, weiß	+ 4,0
Runkelrüben	+ 8,0
Rosenkohl	- 5,0
Rüben, rot, Knolle	+ 11,0
Rüben, rot, Blätter	+ 27,0
Rotkraut	+ 2,0
Radieschen	+ 6,0
<hr/>	
Sahne	+ 3,0
Schweizer Käse	- 6,0
Schnittlauch	+ 8,0
Steckrüben, weiß	+ 10,0
Sellerie, Wurzel	+ 11,0
Schwarzwurzel	+ 1,5
Spinat, März	+ 8,0
Spinat, später	+ 27,0
<hr/>	
Weizen, geschält	- 8,0
Wirsing	+ 3,0
Weizenmehl	- 3,0
Weizengrieß	- 10,0
Weißkraut	+ 4,0
<hr/>	
Zitronen	+ 4,0
Zuckerrüben	+ 0,9
Zwiebel	+ 1,0