

Produits avec des protéines de lait

Lire les étiquettes

- Lait, laitages et fromages
- Pain de mie, brioche
- Pâtisseries, gâteaux, glaces à la crème
- Soupes à la crème
- Cacao, céréales au cacao, chocolat au lait
- Purée de pomme de terre
- Ketchup, mayonnaise
- Margarine

Produits avec de la caséine

- Tous les produits laitiers (vache, chèvre, brebis, bufflonne, jument,...)
- Viande de bœuf
- Viande de veau

Laits de substitution sans la caséine

- Lait de soja
- Lait de riz
- Lait d'amande
- Lait d'avoine
- (Lait de coco)