

<b>ЖИРЫ</b>			
<b>КЛЮЧЕВЫЕ</b>			
Авокадо			
Кокосовое масло или МСТ			
Орехи макадамия			
Оливковое масло			
Топленое сливочное			
Смалец			
<b>МАСЛА</b>	<b>ОРЕХИ/СЕМЕЧКИ</b>	<b>МАСЛА ИЗ ОРЕХОВ</b>	
Кокосовое	Макадамия	Миндальное	
Топленое сливочное	Кокосовый	Кокосовая манна	
Авокадовое	Миндаль	Арахисовое (малое кол-во)	
Какао	Пекан		
Топленые животные жиры	Грецкий		
Макадамия	Бразильский		
Оливковое хол.отж.	Чиа		
Миндальное	Льна		
Сливочное			
Масло МСТ			