

LEGUMES

AUBERGINE	Conseillé
BATAVIA	Avec modération 2 à 3 feuilles par jr
CELERI BRANCHE	Conseillé Diurétique. Peut provoquer des selles molles chez certains cobayes sensibles.
CELERI RAVE	Conseillé 8 A modérer chez les cobayes ayant des problèmes urinaires
CHICOREE	Conseillé
CHOU CHINOIS	Conseillé
CONCOMBRE	Conseillé
COURGETTE	Conseillé
CRESSON	Avec modération
ENDIVE	Avec modération Riche en eau, en fibres et en calcium Consommation journalière déconseillée.
FANES DE CAROTTE	Conseillé Peut être donné quotidiennement
FANES DE FENOUIL	Conseillé Peut être donné quotidiennement
FANES DE RADIS	Conseillé Peut provoquer des selles molles chez certains cobayes sensibles
FENOUIL	Conseillé 120 Peut être donné quotidiennement, riche en fibres
FRISEE	Avec modération Peut être donné tous les jours en quantité modérée (2 à 3 feuilles). En quantité très modérée les toutes premières fois pour les cobayes non habitués. Laxatif
FEUILLE DE CHENE	Avec modération Peut être donné tous les jours en quantité modérée (2 à 3 feuilles). En quantité très modérée les toutes premières fois pour les cobayes non habitués. Laxatif
HARICOTS VERTS (frais)	Avec modération 9,7 A modérer. Choisir extra frais. Ne pas en donner trop à la fois. Riche en acide oxalique : déconseillé pour les cobayes ayant des problèmes urinaires
HARICOTS COCO PLATS	Avec modération
MACHE	Avec modération 38,2 Peut provoquer des crottes molles chez certains cobayes sensibles.
NAVET	Avec modération 21 en quantité modérée car peut provoquer des ballonnements
PANAIS	Conseillé
PISSENLITS	Conseillé 58,1 feuilles + fleurs OK

POIVRON	Conseillé 126 Peut être donné quotidiennement. Le poivron rouge contient beaucoup plus de VitA et de VitC que le vert.
POTIRON	Avec modération légèrement sucré
POTIMARRON	Avec modération légèrement sucré
RADIS	Conseillé 22,8 On peut donner aussi les fanes. Peut créer des ballonnements si donnés en trop grande quantité
RADIS NOIR	Conseillé
RAIFORT	Conseillé
ROQUETTE	Conseillé
RUTABAGA	Conseillé
SALSIFIS	Conseillé
TOMATE	Conseillé
VERDURE	
FEUILLES DE FRAISIER	Conseillé
FEUILLES DE FRAMBOISIER	Conseillé Attention à retirer les épines qui peuvent blesser les parois de la cavité buccale
FEUILLES DE MURIER	Conseillé Attention à retirer les épines qui peuvent blesser les parois de la cavité buccale
FEUILLES DE NOISETIER	Conseillé 2 ou 3 feuilles par ration
PISSENLITS	Conseillé
HERBE AROMATIQUE	
ANGELIQUE	Conseillé
BASILIC	Avec modération
CORIANDRE	Conseillé
FENOUIL AROMATIQUE	Conseillé
MENTHE	Conseillé
FRUITS	

ABRICOT	Conseillé
ANANAS	Conseillé
BANANE	Conseillé Un tronçon de 2 cm. Eviter en cas d'obésité
BANANE PLANTAIN	Conseillé
CANNEBERGE	Conseillé
CERISE	Avec modération Très sucré
CLEMENTINE	Conseillé
COING	Conseillé
FRAISE	Conseillé
FRAMBOISE	Conseillé
FRUIT DE LA PASSION	Conseillé A éviter chez les cobayes souffrant d'obésité
GOYAVE	Avec modération A éviter chez les cobayes souffrant d'obésité car très riche en sucre
GRENADE	Avec modération sucré
GROSEILLE	Avec modération sucré
KAKI	Avec modération sucré
KIWI	Conseillé Diurétique. Peut provoquer des selles molles chez certains cobayes sensibles
MANDARINE	Avec modération sucré
MANGUE	Avec modération Sucré
MELON (Qc : Cantaloup)	Avec modération A éviter chez les cobayes souffrant de problèmes urinaires.
MELON VERT ou JAUNE (Qc : Melon Canari)	Conseillé sucré
MURE	Avec modération sucré
MYRTILLES	Avec modération sucré et acide
NECTARINE	Avec modération sucré

NOIX de COCO	Avec modération Riche en vitamine D
ORANGE	Avec modération
PAMPLEMOUSSE	Avec modération
PECHE	Avec modération Très sucré
POIRE	Avec modération Peut provoquer des ballonnements chez certains cobayes
POMELO	Avec modération Sucré et acide
POMME	Avec modération modérément pour éviter l'obésité. Certains cobayes sont allergiques à la pectine contenue dans la peau. A eplucher.
RAISIN	Avec modération