

Alimento	Fluoro µg/100gr
Tè nero	372,9
Tè nero deteinato	269,2
Granchio in barattolo	209,9
Vino bianco (Chardonnay)	202
Vino bianco da tavola	202
Gamberetti in scatola	201
Gamberi impanati e fritti	166
Succo d'uva	138
Succo d'uva (vitamina C aggiunta)	138
Vino rosso (Merlot)	104,6
Vino rosso da tavola	104,6
Salsa di carne (manzo)	99,2
Caffè	90,7
Acqua tonica	82,5
Aranciata	80,6
Succo di mela e uva (vitamina C aggiunta)	72,1
Acqua del rubinetto	71,2
Caffè solubile	70,5
Ginger ale	68,8
Cocktail analcolico (succo di mirtilli)	67,3
Succo di mela e cilegia	67
Powerade al limone-lime	62
Patatine	61,3
Patate con formaggio e prosciutto	61,1
Succo di prugna	60,2
Cola light	59,8
Cola con caffeina	57
Stufato di manzo in scatola	56,5
Sprite	55,9
Caffè decaffeinato	52,4
Pane di segale	51
Patate bollite	49,4
Cocktail analcolico (ananas e arancia)	49,2
Cocktail analcolico (ananas e pompelmo)	49,2
Carote bollite	47,5
Carote bollite (senza sale)	47,5
Birra light	45,3
Succo di mela e uva	45
Birra	44,2
Tacchino	43,6
Purè di patate istantaneo	42,5
Salame italiano	41,2
Succo di mela (vitamina C aggiunta)	39,1
Muffins al mirtillo	39
Spinaci bolliti	37,8
Spinaci bolliti (senza sale)	37,8
Banane e tapioca	36
Minestra di fagioli	35,6
Cheddar	34,9
Salsa di pomodoro	34,9
Prugne e tapioca	34,4
Pepe nero	34,2
Fiocchi di latte	31,6
Pizza	31,3
Succo d'arancia (conservato)	31,3
Tonno bianco sott'olio	31
Tonno sott'olio	31

Alimento	Fuoro µg/100gr
Brodo di manzo	29
Salsa di formaggio	29
Mais bianco in scatola	28
Mais in scatola	28
Caramelle al caramello	27
Bagel	24,1
Gelato al cioccolato	22,8
Carne macinata (10% grasso)	22,4
Carne macinata (20% grasso)	22,4
Carne macinata (25% grasso)	22,4
Carne macinata (30% grasso)	22,4
Carne per hamburger	22,4
Macinato magro	22,4
Budino al cioccolato	22
Budino alla vaniglia	22
Asparagi bolliti	21,9
Asparagi bolliti (senza sale)	21,9
Manzo e verdure	21,5
Omelette	21,2
Pancake	20,4
Riso e tacchino	20
Fagiolini	19
Succo di mela e pesca	19
Kellogg's Rice Krispies	18,6
Tonno al naturale	18,6
Pollo impanato e fritto	16,3
Arachidi salate	16
Banane e ananas con tapioca	16
Gelato fior di latte	15,4
Ketchup	15,1
Prosciutto e verdure	14
Shake alla vaniglia (fast food)	14
Camomilla	13
Succo di mela e prugna	13
Carotine	12
Dessert con mango e tapioca	12
Yogurt bianco	12
Yogurt bianco scremato	12
Yogurt intero alla frutta	12
Yogurt magro alla vaniglia	12
Yogurt scremato al cioccolato	12
Nettare di albicocca	11,9
Nettare di albicocca (vitamina C aggiunta)	11,9
Nettare di pera	11,9
Nettare di pera (vitamina C aggiunta)	11,9
Nettare di pesca	11,9
Nettare di pesca (vitamina C aggiunta)	11,9
Aragosta	10,6
Noce pecan	10
Patate dolci	10
Salsa per la pizza	10
Succo di mela e mirtillo	10
Carne d'agnello	9,8
Macedonia	9,2
Rum	9
Tacchino con verdure	8
Uva	7,8

Alimento	Fluoro µg/100gr
Avocado	7
Miele	7
Pesche sciroppate	6,8
Pesche sciroppate (non sgocciolate)	6,8
Pasta con formaggio	6
Succo d'ananas (vitamina C aggiunta)	5,5
Chewing gum	5
Uovo sodo	4,8
Fragola	4,4
Broccoli bolliti	4
Broccoli bolliti (senza sale)	4
Cono al cioccolato	4
Pancetta	4
Pesca	4
Prugne secche	4
Sedano	4
Latte parzialmente scremato	3,4
Pistacchi	3,4
Mela (con la buccia)	3,3
Carote	3,2
Burro di arachidi	3,1
Latte e cacao	3,1
Latte scremato	3,1
Panna da caffetteria	3
Panna da cucina	3
Panna da montare	3
Panna spray	3
Burro	2,8
Burro salato	2,8
Latte scremato (1% di grasso)	2,6
Pomodoro	2,3
Banana	2,2
Pera	2,2
Carne di manzo	2,1
Ciliegia	2
Peperone verde	2
Prugna	2
Sale da cucina	2
Spaghetti con pomodoro e carne	2
Anguria	1,5
Senape (salsa)	1,5
Cetriolo	1,3
Cetriolo (con la buccia)	1,3
Uovo fritto	1,2
Cipolla	1,1
Uovo	1,1
Uovo in camicia	1,1
Cavolfiore	1
Cavolfiore bollito	1
Cavolo	1
Cavolo bollito	1
Cavolo bollito (senza sale)	1
Mela e mirtilli	1
Melone	1
Pere e ananas	1
Pompelmo	1
Uova strapazzate	0,8

Alimento	Fluoro µg/100gr
Eggnog	0,2
Fette biscottate dolci (zwieback)	0,1