

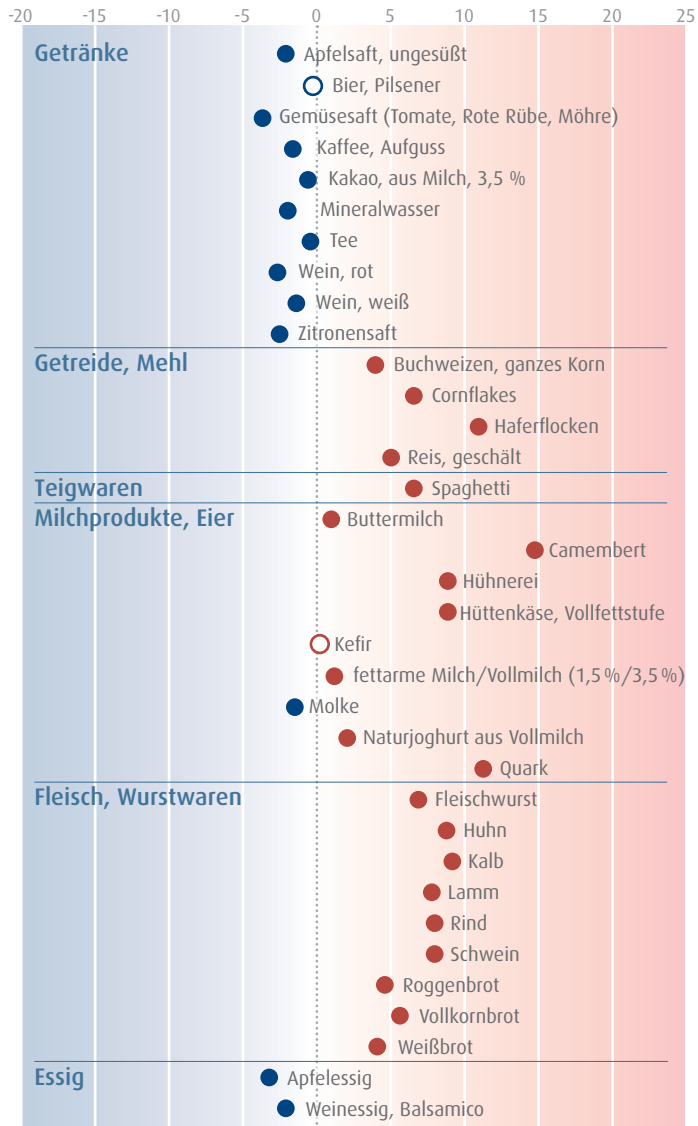
Nahrungsmitteltabelle.

Basenbildende

Nahrungsmittel pro 100 g:
Je negativer der Wert,
desto größer der Basen-
überschuss (PRAL-Faktor)

Säurebildende

Nahrungsmittel pro 100 g:
Je positiver der Wert,
desto größer der Säure-
überschuss (PRAL-Faktor)



Basenbildende

Nahrungsmittel pro 100 g:
Je negativer der Wert,
desto größer der Basen-
überschuss (PRAL-Faktor)

Säurebildende

Nahrungsmittel pro 100 g:
Je positiver der Wert,
desto größer der Säure-
überschuss (PRAL-Faktor)

