

Hrana	PRAL *	
*Možnost kislinske obremenitve ledvic		
<b>Pijače</b>		
Jabolčni sok, nesladkan	B	-2,2
Točeno pivo	B	-0,2
Svetlo pivo	A	0,9
Temno pivo	B	-0,1
Sok rdeče pese	B	-3,9
Korenčkov sok	B	-4,8
Kokakola	A	0,4
Kakav	B	-0,4
Kava	B	-1,4
Espresso	B	-2,3
Sadni čaj	B	-0,3
Grenivkin sok	B	-1,0
Zeleni čaj	B	-0,3
Zeliščni čaj	B	-0,2
Limonin sok	B	-2,5
Mineralna voda	B	-1,8
Pomarančni sok, nelsadkan	B	-2,9
Rdeče vino	B	-2,4
Črni čaj	B	-0,3
Paradižnikov sok	B	-2,8
Zelenjavni sok (paradižnik, pesa, korenček)	B	-3,6
Belo suho vino	B	-1,2

<b>Maščobe in olja</b>		
Maslo	A	0,6
Margarina	B	-0,5
Olivno olje	N	0
Sončnično olje	N	0

<b>Oreščki</b>		
Lešniki	B	-2,8
Arašidi	S	8,3
Pistacije	S	8,5
Mandlji	S	4,3
Orehi	S	6,8

Hrana	PRAL *	
*Možnost kislinske obremenitve ledvic		
<b>Ribe in morska hrana</b>		
Krap	A	7,9
File trske	A	7,1
Oslič	A	6,8
Klapavice	A	15,3
Kozice	A	15,5
Škarpna	A	10,0
Losos	A	9,4
Sardine v olju	A	13,5
Rakci	A	7,6
Morski list	A	7,4
Tigraste kozice	A	18,2
Postrva	A	10,8

<b>Sadje</b>		
Jabolka	B	-2,2
Marelice	B	-4,8
Banane	B	-5,5
Črni ribez	B	-6,5
Češnje	B	-3,6
Suhe fige	B	-18,1
Grenivke	B	-3,5
Grozdje	B	-3,9
Kivi	B	-4,1
Limone	B	-2,6
Mango	B	-3,3
Pomaranče	B	-2,7
Breskve	B	-2,4
Hruške	B	-2,9
Ananas	B	-2,7
Rozine	B	-21
Jagode	B	-2,2
Lubenica	B	-1,9