

POTERE CARIOGENO DEI PRINCIPALI ALIMENTI

Caramelle	27
Miele	21
Cioccolato al latte	21
Biscotti	18
Pasticcini, formaggini	13
Cioccolato fondente	12
Ciocolatini	11
Marmellata	10
Gelato	9
Pane e burro, patate fritte	7
Latte, polenta, banane	6
Mela, piselli	5
Thè, gelatine di frutta	4
Succo di frutta, fragole, arance, frittata	3
Limonata	2
Prosciutto, carne	1