

		Portion	Kalium	Phosphat
Obst, Schalenfrüchte				
Apfel, Birne, Erdbeere, Heidelbeere, Preiselbeere, Sanddorn, Sauerkirsche, Wassermelone, Limonen-, Zitronensaft	roh, tiefgefroren, Mus, gekocht (auch Konserven), mit Saft	100 g	1	0,2
Brombeere, Himbeere, Johannisbeere, Stachelbeere, Quitte	gekocht (auch Konserven), ohne Saft	100 g	1	0,2
Mirabelle, Pfirsich, Pflaume, Reineclaude, Süßkirsche, Weintraube rot und weiß	roh oder tiefgefroren, auch als Konserve im eigenen Saft	100 g	3	0,2
Ananas, Feige, Grapefruit, Kakusfeige, Litschi, Mango, Mandarine, Orange				

		Portion	Kalium	Phosphat
Aprikose, Banane, Honigmelone	gekocht (auch Konserven), ohne Saft	100 g	3	0,2
schwarze Johannisbeere, Kaki, Kiwi, Nektarine, Papaya	roh oder tiefgefroren	100 g	5	0,2
Avocado		100 g	X	1
Oliven, mariniert		20 g	0,2	0,2
Trockenobst I: Apfel, Birne, Dattel, Feige, Korinthe, Pflaume, Rosine, Sultanine		50 g	5	1