

Produkty spożywcze o najwyższej zawartości związków purynowych (> 400 mg kwasu moczowego/100 g)

„Produkty	Całkowita zawartość puryn w mg kwasu moczowego/100 g
Drożdże browarnicze	1810
Wędzone szproty	804
Drożdże piekarnicze	680
Wątroba wołowa	554
Śledziona wieprzowa	516
Wątroba wieprzowa	515
Grzyby suszone	488
Śledzie, sardynki w oleju	480
Śledziona wołowa	444