

### Списък на 10-те най-ниско калоричните киселинни храни

1. Прясно мляко 0,1%
2. "Активиа" натурална 0,5%
3. Кока-кола
4. "Активиа" 1,5%
5. Прясно мляко 1,5%
6. Кисело мляко 2%
7. Яйчен белтък - кокоши
8. Кисело мляко 3,6%
9. "Активиа" натурална
10. Прясно мляко 3,6%



### Списък на 10-те най-високо калорийни алкални храни

1. Олио - слънчогледово
2. Зехтин
3. Масло от авокадо
4. Масло от бадем
5. Масло от какао
6. Масло от кокос
7. Масло от овес
8. Масло от сусам
9. Олио - соево
10. Краве масло

### Сравнение на топ 10 най - високо калорични алкални храни

