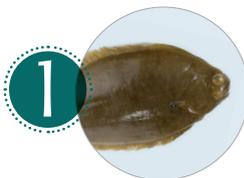


TOP 10 smart FONTI DI FOSFORO



1

UN FILETTO
DI SOGLIOLA
1725 mg



5

4 CUCCHIAI
DI FARRO
336 mg



9

4 CUCCHIAI DI
LENTICCHIE
SECHE
174 mg



2

UNA RICOTTINA
DI BUFALA
380 mg



6

UNA PICCOLA
TRIGLIA
327 mg



10

8 NOCI
PECAN
114 mg



3

4 CUCCHIAI
DI QUINOA
366 mg



7

UNA FETTA
DI FETA
280 mg



4

UNA PICCOLA
MOZZARELLA
350 mg



8

UN PIATTO DI
PASTA INTEGRALE
264 mg

ASSUNZIONE GIORNALIERA
RACCOMANDATA
DI FOSFORO PER LA
POPOLAZIONE ADULTA



**700
mg**