



	Natrium	Kalium	Magnesium	Calcium	Chlorid	Hydrogen-carbonat	Sulfat
Empfohlener Tagesbedarf	mind. 550 mg	mind. 2.000 mg	300 - 400 mg	900 - 1.000 mg	830 mg		
Westfalenborn	218,0	5,0	78,6	351,0	162,0	797,0	773,0
Baron von Westfalen PET	22,1	0,8	3,7	69,8	48,3	160,0	34,0
Baron von Westfalen Glas	3,7	1,0	29,7	122,0	8,7	378,0	97,6
Apollinaris Classic	470,0	30,0	120,0	90,0	130,0	1.800,0	100,0
Apollinaris Medium	470,0	30,0	120,0	90,0	130,0	1.800,0	100,0
Apollinaris Silence	117,0	10,0	52,0	52,0	34,0	653,0	34,0
Ardey Quelle	52,6	6,3	16,7	76,5	36,3	330,0	72,6
Bad Meinberger	15,5	0,0	58,3	211,0	10,4	314,0	511,0
Brohler	370,0	20,0	80,0	80,0	200,0	1.200,0	90,0
Burgwallbronn	200,0	4,9	0,7	1,9	72,6	384,0	0,0
Carolinen Glas	14,6	3,9	54,5	231,0	13,1	328,0	553,0
Carolinen PET	17,8	4,1	50,4	415,0	10,7	311,0	960,0
Christinen Mild, Still	11,3	1,4	8,2	105,0	30,4	261,0	67,0
Christinen Spritzig, Medium	319,0	8,4	4,9	54,4	228,0	504,0	114,0
Eifel Quelle	56,5	13,5	50,0	83,0	20,5	569,0	53,0
Evian	6,5	1,0	26,0	80,0	6,8	360,0	12,6
Externstein	13,5	3,0	61,0	539,0	11,0	322,0	1.309,0
Forstetal	14,7	2,8	54,7	586,0	13,5	238,0	1.450,0
Förstina	33,0	11,1	52,0	505,0	45,0	975,0	700,0
Gerolsteiner Sprudel	118,0	10,8	108,0	348,0	39,7	1.816,0	38,3
Marien Brunnen	453,0	6,9	4,5	71,9	456,0	534,0	100,0
Mercator	252,0	6,1	0,5	1,1	124,0	381,0	0,0
Ravenna	501,2	5,2	3,5	68,2	487,2	527,8	105,8
Rheinfels Quelle	240,0	4,8	0,7	1,7	124,0	320,0	27,9
Romberg	38,4	4,3	13,8	129,0	41,1	336,0	116,0
Römerwall Quelle	260,0	4,8	0,6	1,4	121,0	384,0	0,0
Salvus Mineralwasser	18,5	1,0	5,7	99,0	42,4	211,0	69,0
Sawell Mineralwasser	18,1	1,3	5,3	101,0	40,5	232,0	74,1
Seltina	178,0	6,9	19,0	90,4	112,0	488,0	122,0
Staatl. Fachingen Medium	560,0	15,3	56,6	92,5	131,0	1.812,0	39,0
Staatl. Fachingen Still	574,0	14,5	60,5	99,0	129,0	1.854,0	37,0
Steinsieker Miwa, Still	20,0	2,0	50,0	620,0	110,0	250,0	1.370,0
Tönissteiner	110,0	16,6	133,0	151,0	32,2	1.342,0	29,0
Vilsa Miwa	14,6	2,4	4,0	45,8	11,9	166,0	11,0
Vittel	7,7	5,0	20,0	94,0	4,0	248,0	120,0
Volvic	11,6	6,2	8,0	11,5	13,5	71,0	8,1
Widukind	539,0	7,4	4,6	78,2	544,0	533,3	107,0
	Natrium	Kalium	Magnesium	Calcium	Chlorid	Hydrogen-carbonat	Sulfat