

LEBENSMITTEL	GLUTENGEHALT in mg/100g
Mehlprodukte	
Roggen (ganzes Korn)	3.117
Roggenmehl Type 997	3.180
Roggenmehl Type 815	3.200
Roggenmehl Type 1370	3.300
Roggenschrot (Vollkorn)	3.450
Roggenmehl Type 1150	3.483
Hafer (ganzes Korn, entspelzt)	4.557
Weizenkleie	4.660
Hafermehl (Vollkorn)	5.600
Gerste (ganzes Korn, entspelzt)	5.624
Grünkern (ganzes Korn)	7.100
Weizenmehl Type 550	7.520
Weizen (ganzes Korn)	7.700
Weizenmehl Vollkorn	8.300
Weizenmehl Type 405	8.660
Weizengrieß	8.680
Weizenmehl Type 1050	8.740
Grünkernmehl Vollkorn	8.975
Weizenmehl Type 630	9.359
Weizenmehl Type 812	9.420
Dinkelmehl Vollkorn	9.460
Dinkel (ganzes Korn)	9.894
Dinkelmehl Type 630	10.300

LEBENSMITTEL	GLUTENGEHALT in mg/100g
Mehlprodukte	
Roggenbrot	1.200
Roggenvollkornbrot	1.580
Tortenboden	2.160
Roggenmischbrot	3.300
Knäckebrot	3.600
Weizenmischbrot	3.840
Eierteigwaren gekocht abgetropft	4.300
Gerstengraupen	4.700
Hafergrütze	4.850
Butterkeks	5.240
Haferflocken	5.660
Weizenmehlbrot (Weißbrot)	5.780
Weizenvollkornbrot	6.500
Weizentoastbrot	6.900
Eierteigwaren ungekocht	9.040
Brötchen (helle Semmel)	9.183
Bier	
Pilsener Lagerbier	1,2
Vollbier hell	2,7
alkoholfreies Bier	3,2
Malzgetränk	3,4
Vollbier dunkel	4,6
Weißbier	274