

Purin Tabelle für Hunde

Lebensmittel	Purine	result. Harnsäure	Purinangaben
Fleischsorten			sehr wenig Purine < 9 / 100mg
Sojafleisch	154	370	wenig Purine < 50 / 100mg
Ente	58	139	viele Purine > 50 / 100mg
Fasan	62	149	
Gans	69	166	
Hähnchen fettig	53	127	
Hähnchenbrust	73	175	
Hase	44	106	
Hirsch	67	161	
Kalb	63	150	
Kaninchen	60	144	
Lamm	76	182	
Pferd	83	199	
Pute	50	120	
Reh	44	106	
Rind	58	140	
Schwein (kochen!)	68	154	
Truthahn	50	120	
Wildschwein	70	168	
Innereien			
Kalbsleber	182	437	
Rinderleber	231	554	
Kalbsniere	88	211	
Rinderniere	112	269	
Kalbsherz	76	182	
Rinderherz	107	257	
Rinderlunge	166	398	
Kutteln	59	142	
Fisch			
Barsch	67	160	
Forelle mit Haut	84	200	
Hecht	58	139	
Heilbutt	79	180	
Hering	88	211	
Kabeljau	50	120	
Karpfen	67	160	
Lachs	71	170	
Rotbarsch	100	240	
Sardellen	100	240	
Sardine	145	350	
Schellfisch	58	139	
Scholle mit Haut	71	170	
Scholle	54	130	
Seealachs (Köhler)	68	163	
Sprotten	337	809	
Thunfisch	107	257	
Zander	46	110	

(Alle Angaben ohne Gewähr)

Stand: 02.10.2022



DeinPetCoach - Saskia Ettl

+49 176 - 60168187

info@deinpetcoach.de

Purin Tabelle für Hunde

Milchprodukte		
Bergkäse 45% F.i.Tr.	4	10
Butterkäse 45% F.i.Tr.	4	10
Buttermilch	0	0
Edamer 45% F.i.Tr.	4	10
Emmentaler	4	10
Gouda 45% F.i.Tr.	7	16
Harzer Käse	10	24
Hüttenkäse	4	10
Joghurt natur	0	0
Kefir	0	0
Milch	0	0
Mozzarella	4	10
Parmesan	4	10
Quark	0	0
Getreide u.ä.		
Haferflocken	42	100
Hirse	35	85
Reis	28	68
Reismehl	30	72
Buchweizen	62	149
Bulgur	23	55
ungesüßte Cornflakes	27	64
Couscous	14	34
Gerstengraupen	42	100
Grünkern, ganz	34	82
Leinsamen	35	84
Nudeln	9	22
Polenta	2	5
Stärke	0	0
Tapioka	37	89
Vollkornnudeln	21	50
Vollkornmehl	35	84
Weizenmehl (Typ 405)	10	24
Gemüse (roh)		
Blumenkohl	19	46
Kidneybohnen (Dose gekocht)	12	29
Brokkoli	21	50
Chicoree	6	14
Chinakohl	10	24
Feldsalat	10	24
Fenchel	7	17
Grünkohl	13	31
Karotten	6	14
Kartoffeln (gekocht)	6	15
Kichererbsen (Dose gekocht)	12	29
Kohlrabi	13	31
Kopfsalat	4	10
Kürbis (gekocht)	3	7
Pastinake	10	24



DeinPetCoach - Saskia Ettl
 +49 176 - 60168187
 info@deinpetcoach.de

Purin Tabelle für Hunde

Petersilienwurzel	10	24
Radiccio	4	10
Radiessen	4	10
Rettich	4	10
Rosenkohl	25	60
Rote Beete	8	19
Rotkohl	17	41
Salatgurke	2	5
Sauerkraut gekocht	8	19
Schwarzwurzeln	29	70
Knollensellerie	13	31
Spargel gekocht	10	24
Spinat gekocht	21	50
Staudensellerie	29	70
Tofu	29	70
Tomaten (überreif)	4	10
Topinambur	5	12
Weißer Rüben	7	18
Weißkohl	8	20
Wirsing	17	41
Zucchini	8	19
Obst		
Ananas	8	19
Apfel	6	14
Apfelsine	8	19
Aprikose	8	19
Banane	11	25
Birne	6	14
Brombeeren	6	14
Erdbeeren	9	22
Heidelbeeren	8	19
Himbeeren	8	19
Holunderbeeren	14	34
Honigmelone	10	25
Johannisbeeren	6	14
Kaki	5	12
Kirschen	7	17
Kiwi	8	19
Mango	5	12
Mirabellen	7	17
Orange	8	19
Papaya	5	12
Pfirsich	8	19
Pflaume	10	24
Preiselbeeren	5	12
Rhabarber	2	5
Wassermelone	8	19
Zitrone	7	17
Zwetschgen	8	20



DeinPetCoach - Saskia Ettl
 +49 176 - 60168187
 info@deinpetcoach.de