



Liste zahnverfärbender Lebensmittel



1. Kaffee
2. Tee
3. Cola
4. kohlen säurehaltige Getränke
5. Beerenfrüchte
6. Soßen
7. Obst
8. Gurken
9. Ketchup
10. Balsamico Essig
11. Süßigkeiten
12. Rote Beete
13. Curry
14. Safran
15. Kurkuma
16. Sojasoße
17. Rotwein
18. Weißwein
19. Mundspülungen