

ALIMENTO	LATTOSIO (gr.)	ALIMENTO	LATTOSIO (gr.)
LATTE E FORMAGGI		Mozzarella vaccina	1,5 - 2
Latte di mucca scremato	4,7	Formaggio caprino	1,5 - 2
Latte di mucca parzialmente scremato	4,6	Crescenza	1,5 - 2
Latte di mucca intero	4,5	Ricotta romana di pecora	3,2
Latticello (siero del latte)	4,1	Ricotta fresca vaccina	4,0
Latte Zymil, Accadi ecc.	0,5	Crema Bel Paese	3,2
Latte in polvere intero	35,1	Taleggio	0
Latte in polvere magro	50,5	Gorgonzola	0
Latte di pecora	4,5	Fontina	0
Latte di capra	4,2	Provolone dolce	0
Latte di bufala	4,9	Pecorino	0
Yogurt intero	3,2	Parmigiano Reggiano	0
Yogurt parzialmente scremato	3,3	Grana Padano	0
Yogurt scremato	3,1	Formaggino (tipo MIO)	6
Yogurt magro alla frutta	3,1	Fiocchi di latte	2,6
Panna	3,21	Parmigiano grattugiato	0,15
Burro	4	Formaggio svizzero	0,06