

Lebensmittel	Cholesterin-Gehalt (in g/100g)	Gesättigte, Einfache und ω-6 Fettsäuren (in g/100g)
Hirnwurst	0,904	21,670
Bregenwurst / Hirnwurst	0,878	14,602
Geflügel-Leberwurst	0,386	14,714
Strassburger Gänseleberwurst	0,378	15,008
Rinderleber gebraten	0,367	5,115
Leberwurst fettarm	0,196	20,492
Kalbs-Leberwurst	0,185	25,077
Leberwurst Kalb Konserve	0,185	25,077
Kochwurst	0,16	27,110
Leberwurst Fein	0,16	27,110
Gutsleberwurst	0,159	25,410
Leberwurst grob	0,159	25,41
Trüffel-Leberwurst	0,155	26,357
Bauernleberwurst	0,154	29,406
Leberwurst Hausmacher Art Konserve	0,151	25,022
Kräuterleberwurst	0,149	29,256
Champignon-Leberwurst	0,144	24,659
Leberrotwurst	0,132	15,458
Weisswurst Hannoveranisch	0,131	9,205
Geflügel-Mortadella gekocht	0,124	20,451
Zwiebelleberwurst	0,122	29,012
Fleischsalat	0,114	27,573
Leberwurst Kalb grob	0,114	29,373
Milzwurst	0,1	21,303
Schinkenplockwurst	0,099	29,631
Hessische Landrotwurst	0,094	14,914
Thüringer Rostbratwurst	0,094	14,914
Geflügel-Mortadella	0,093	14,956
Braunschweiger Mettwurst	0,091	29,716
Gänse-Cervelatwurst	0,084	26,763
Aalrauchmettwurst	0,081	24,915
Thüringer Rotwurst	0,081	9,552
Zungenwurst / Mortadella Süddeutsch	0,08	21,851
Landmettwurst	0,079	23,192
Weißer Graupenwurst	0,078	11,816
Cervelatwurst	0,076	30,441
Cervelatwurst Lamm	0,076	27,796
Katenrauchwurst	0,076	29,854
Krakauer Schinkenwurst	0,074	12,064
Leberkäse gebraten	0,074	22,224
Sülzwurst	0,074	7,491
Lyoner fettarm	0,073	17,085
Bratwurst geräuchert	0,072	20,993
Salami	0,072	28,883
Schinkenmettwurst	0,072	30,077
Bauerbratwurst	0,071	23,233
Tiroler Schinkenwurst	0,07	6,170
Zungenblutwurst	0,07	22,229

Lebensmittel	Cholesterin-Gehalt (in g/100g)	Gesättigte, Einfache und ω-6 Fettsäuren (in g/100g)
Geflügel-Bierwurst	0,069	11,821
Geflügel-Jagdwurst	0,069	4,709
Geflügel-Salami	0,069	6,034
Rohwurst	0,069	31,74
Zungenwurst hell	0,068	20,882
Fleischwurst Pariser	0,067	22,610
Lyoner Wurst	0,067	22,610
Jagdwurst Pastete	0,066	20,252
Polnische Bratwurst	0,066	23,656
Rohwurst grob	0,066	23,656
Rostbratwurst	0,066	27,456
Schinkenwurst roh	0,066	23,607
Teewurst Rügenwälder Art	0,066	23,384
Mettwurst grob	0,065	25,697
Norddeutsche Kochmettwurst	0,065	22,272
Schlackwurst	0,065	33,940
Weißer Lyoner	0,065	19,747
Schinkenwurst/Lyoner grob	0,064	23,540
Wurstsalat Schweizer Art	0,064	24,614
Geflügel-Teewurst	0,063	8,754
Presswurst	0,063	10,124
Bratwurst grob	0,062	25,597
Frankfurter Rindswurst rot	0,062	18,167
Rindswurst	0,062	18,167
Schinkenwurst	0,062	26,032
Schinkenwurst geräuchert	0,062	18,573
Frühstücksfleisch Konserve	0,061	23,248
Kalbs-Fleischwurst	0,061	25,722
Bierschinken Konserve	0,06	11,086
Graupenblutwurst	0,06	18,931
Grützblutwurst	0,06	14,873
Jagdwurst fettarm	0,06	14,173
Käseschinkenwurst	0,06	15,988
Teewurst	0,06	32,409
Teewurst grob	0,06	24,223
Göttinger Schinkenwurst roh	0,059	23,052
Jagdwurst	0,059	15,626
Kaiser-Jagdwurst Konserve	0,059	15,626
Landjäger Wurst	0,059	41,428
Schinkenwurst Krakauer Art roh	0,059	24,710
Fleisch/Wurst-Salat	0,058	25,275
Paprika-Speckwurst	0,058	21,824
Weisswurst Münchener	0,058	22,096
Schmierwurst	0,057	34,487
Wiener	0,057	26,015
Frankfurter Würstchen	0,056	22,876
Mettwurst schnittfest	0,056	32,382
Fleischwurst	0,055	28,308

Lebensmittel	Cholesterin-Gehalt (in g/100g)	Gesättigte, Einfache und ω-6 Fettsäuren (in g/100g)
Knoblauchwurst	0,055	28,693
Kochstreichwurst ohne Leber	0,055	30,544
Mettwurst gekocht	0,055	30,544
Sülzen und Aspik	0,055	2,421
Bratwurst	0,054	24,317
Bockwurst	0,053	24,774
Brühwurst	0,053	24,774
Filetblutwurst	0,053	16,302
Knackwurst Servela	0,053	24,447
Bierwurst Bayrisch	0,052	25,325
Geflügel-Kabanossi	0,052	7,364
Mettwurst einfach	0,052	38,084
Bratwurst Rheinisch	0,051	23,483
Curry Bratwurst	0,051	23,468
Debreziner / Brühwurst	0,051	28,849
Wollwurst geschwollene	0,051	23,483
Cabanossi / Brühwurst	0,05	28,775
Fleischwurst / Stadtwurst	0,05	23,751
Geflügel-Bratwurst gebraten oder gegrillt	0,049	2,646
Knoblauchwurst Cabanossi	0,048	27,271
Geflügel-Bockwurst	0,046	5,022
Geflügel-Fleischkäse	0,046	5,023
Gelbwurst	0,046	25,052
Geflügel-Bratwurst	0,045	2,56
Geflügel-Wiener	0,044	4,572
Bierwurst	0,043	20,889
Wurstsalat Bayrisch	0,043	26,809
Wurstsülze	0,043	18,219
Wurstsalat mit Zwiebeln	0,041	24,720
Geflügel-Knackwurst	0,04	4,419
Wurstsalat mit Gewürzgurken	0,035	20,659
Blutwurst	0,033	29,536