

フラバノール含有量

(出典: Circulation. 2009;119:1433-1441)

食品	フラボノール含有量(mg/kg あるいは mg/L)
チョコレート	460-610
豆	350-550
アプリコット	100-250
チェリー	50-220
桃	50-140
ブラックベリー	130
りんご	20-120
緑茶	100-800
紅茶	60-500
赤ワイン	80-300