

Különböző élelmiszerek víz-lábnyoma

Termény	Egység	Átlagos globális vízlábnyom (liter)
Alma vagy körte	1 kg	700
Banán	1 kg	860
Narancs	1 kg	460
Barack	1 kg	1.200
Cukor (cukornádból)	1 kg	1.500
Csokoládé	1 kg	24.000
Kenyér (búzából)	1 kg	1.300
Krumpli	1 kg	250
Rizs	1 kg	3.400
Kukorica	1 kg	900
Olajbogyó	1 kg	4.400
Paradicsom	1 kg	180
Káposzta	1 kg	200
Tök	1 kg	240
Uborka	1 kg	240
Saláta	1 kg	130
Sajt	1 kg	5.000
Csirkehús	1 kg	3.900
Sertéshús	1 kg	4.800
Marhahús	1 kg	15.500
Sör (árpából)	1 pohár (250 ml)	75
Bor	1 pohár (250 ml)	120
Tea	1 pohár (250 ml)	30
Kávé	1 pohár (250 ml)	140
Tehéntej	1 pohár (250 ml)	250

(Forrás: The water footprint of food, Professzor Arjen Y. Hoekstra, Twente Water Centre, University of Twente, Hollandia)