

Supplementary file for “Estimating impact of food choices on life expectancy: A modeling study”

S1 Table: Hazard ratios (with uncertainty intervals) for various food groups with uncertainty limits (orange/red labels). Reference intake and energy levels per food groups are also indicated.

Grams	Intake in grams/day														Uncertainty threshold	No estimate threshold	Publication	kcal/g	Examples of food	kcal/100g	% / 100 kcal	Sliders start	Standard diet		Optimized		Norway patterns		US patterns	
	0	25	50	100	150	200	250	300	400	500	600	700	800	Energy (kcal)									Optimized Energy (kcal)	Norway, mean intake	Norway, Energy (kcal)	US, mean intake	US, Energy (kcal)			
Whole grains	1	0,935	0,87	0,8	0,76	0,72	0,7	0,7	0,72	0,72	0,8	0,8	0,87	300	Aune. Whole grain consumption	4	Oat meal,	400	0,50	50	200	250	1000	61	244	30	122			
- Mid to upper/lower			0,01	0,02	0,03	0,04	0,05	0,06	0,08	0,1	0,12	0,14	0,16																	
Clower			0,86	0,78	0,73	0,68	0,65	0,64	0,64	0,62	0,68	0,66	0,71																	
Clupper			0,88	0,82	0,79	0,76	0,75	0,76	0,8	0,82	0,92	0,94	1,03																	
Veg	1	0,965	0,93	0,87	0,835	0,8	0,785	0,77	0,76	0,76	0,75	0,75	0,75	700	Aune. Fruit and vegetable intake	2	Salad incl.	200	0,50	250	500	450	900	255	510	249	497			
- Mid to upper/lower			0,015	0,025	0,04	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,06	0,07	0,08																	
Fruit	1	0,97	0,94	0,89	0,865	0,84	0,83	0,82	0,81	0,81	0,81	0,82	0,84	700	Aune suppl. 164 (F&veg)	1,5	Oranges, etc.	150	0,53	200	300	400	600	244	366	184	276			
- Mid to upper/lower	0	0	0,005	0,01	0,015	0,02	0,025	0,03	0,035	0,04	0,05	0,06	0,07																	
Nuts	1	0,84	0,86	0,9	0,95									50	200 Aune. Nut consumption and r	26	Pea nuts	2600	0,25	0	0	25	650	11	286	11	284			
- Mid to upper/lower		0,02	0,04	0,08	0,12																									
Legumes	1		0,9	0,9	0,8			0,75	0,72	0,71	0,72			250	625 Schwingshackl. Food groups a	5	Boiled chick	500	0,20	0	0	200	1000	6	30	9	43			
- Mid to upper/lower		0,015	0,03	0,05	0,075	0,1	0,125	0,15	0,2	0,25	0,3																			
Fish	1		0,95	0,93	0,9	0,88	0,86	0,86	0,88	0,88	0,9			300	625 Schwingshackl. Food groups a	6	Mackerel,	600	0,12	50	300	200	1200	82	492	17	99			
- Mid to upper/lower		0,02	0,025	0,03	0,04	0,06	0,08	0,12	0,16	0,2	0,25																			
Egg	1	0,98	1,05	1,3	1,5									100	225 Schwingshackl. Food groups a	6	Egg, boiled	600	0,13	50	300	25	150	36	216	44	264			
- Mid to upper/lower		0,06	0,06	0,07	0,1	0,15																								
Milk	1		0,985	0,97	0,97	0,98	0,99	1,015	1,04	1,065	1,09				Schwingshackl. Food groups a	1,7	Milk, 1% fat	170	0,09	300	510	200	340	225	383	434	737			
- Mid to upper/lower		0,01	0,015	0,015	0,0175	0,02	0,02	0,02	0,025	0,03	0,035	0,04																		
Refined grains	1		0,94	0,98	1,03	1,09	1,16	1,24	1,4	1,57				200	525 Schwingshackl. Food groups a	11	Bread with	1100	0,11	150	1650	50	550	172	1892	159	1753			
- Mid to upper/lower		0,03	0,06	0,07	0,1	0,13	0,16	0,19	0,25	0,31																				
Meat, red	1	1,05	1,09	1,18	1,3	1,42	1,54	1,66	1,9	2,14	2,38			250	625 Schwingshackl. Food groups a	7	Cutlets, ch	700	-0,30	100	700	0	0	93	651	95	665			
- Mid to upper/lower	0	0,005	0,01	0,02	0,035	0,05	0,07	0,12	0,17	0,22	0,3																			
Meat, processed	1	1,1	1,18	1,3	1,43	1,57	1,71	1,85	2,13	2,41	2,69			250	625 Schwingshackl. Food groups a	19	Bacon	1900	-0,15	50	950	0	0	73	1387	53	1003			
- Mid to upper/lower	0	0,01	0,02	0,05	0,1	0,15	0,2	0,25	0,32	0,4	0,5																			
Meat, white	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				0	625 Abete. Association between ti	10	Chicken le	1000	0,00	75	750	50	500	50	500	75	750			
- Mid to upper/lower	0	0,05	0,1	0,2	0,25	0,3	0,35	0,4	0,45	0,5	0,2																			
Sugar sweetened bev	1	1,0075	1,015	1,03	1,045	1,06	1,07	1,08	1,1	1,12	1,14	1,16	1,18	400	Schwingshackl. Food groups a	2	Lemonade	200	-0,15	500	1000	0	0	425	850	621	1242			
- Mid to upper/lower	0	0,0125	0,025	0,05	0,055	0,06	0,065	0,07	0,08	0,09	0,1	0,11	0,14																	
Added oils	1	1	1	1										0	225 Abdelhamid, A.S., et al., Polyu	37	Rapeseed	3700	0,14	25	925	25	925	30	1110	21	777			
- Mid to upper/lower	0	0,05	0,1	0,2																										
					Orange label: Uncertain estimates (moderate)				Red label: No estimate (very high uncertainty)																					
															Total estimates						1 800	8 085	7 815	1 763	8 917		8 512			