

Zuckerliste

Zuckermenge in verschiedenen Nahrungsmitteln

1 Stück Würfelzucker = 3 g

Getränke

1 Flasche Coca Cola (500 ml)	18 Stück
1 Flasche Römerquelle Emotion Birne Melisse (500 ml)	7 Stück
1 Dose Red Bull (250 ml) - Nicht für Kinder geeignet!	9 Stück



Frühstückscerealien

1 Portion Kellogg's Smacks (30 g ohne Milch)	3 ½ Stück
1 Portion Clever Schoko-Müsli ohne Rosinen (50 g ohne Milch)	3 ½ Stück
1 Corny Müsli Riegel Schoko-Banane	3 Stück



Milchprodukte

Milch und Milchprodukte enthalten natürlichen Milchzucker.

1 Packung Latella Mango (500 ml)	16 ½ Stück
1 Becher Müller Milchreis Erdbeere (200 g)	8 Stück
1 Packung Nöm Kakaomilch (500 ml)	16 Stück



Süßwaren aus dem Kühlregal

Milch und Milchprodukte enthalten natürlichen Milchzucker.

1 Milchschnitte (28 g)	3 Stück
1 Kinderpingui (30 g)	3 ½ Stück
1 Becher Fruchtzwerg (50 g)	2 Stück



Süßwaren

1 kleine Packung Haribo Goldbären (75 g)	11 ½ Stück
1 Stück Ölz Schulmaus mit Nuss-Nougatfüllung (40 g)	3 ½ Stück
1 Stück Kinder Schoko Bons (5,8 g)	1 Stück

