

# verbraucherzentrale

## Zuckergehalt in Zuckerwürfeln

Süßigkeit	Menge in Gramm/Liter	Gewicht im Griff		Bärenstarke Kinderkost (5. Auflage 1999)		Bärenstarke Kinderkost (8. Auflage 2004)		„Das beste Essen für Kinder“ aid CD	
		ZW = 2,5 g	ZW = 3 g	ZW = 2,5 g	ZW = 3 g	ZW = 2,5 g	ZW = 3 g	ZW = 2,5 g	ZW = 3 g
1 Duplo	18 g	2	2	3	3	2	2		
1 Balisto	24 g			3	3				
1 Bonbon	5 g			2	2				
1 Kinderschoko-Bonbon	6 g					1	1		
1 Milchschnitte	28 g			3	3				
1 Riegel Kinderschokolade	12 g			3	3	2	2		
1 Lila Pause	37 g			6	5				
1 Tüte Gummibärchen	250 g	76	63	75	63	76	63		
5 Gummibärchen	10 g			3	3	1	1		
2 EL Ketchup	40 g	2	2	3	3	5	4		
1 Fruchtjoghurt	125 g	8	7	7	6	8	7		
1 Kinderquark	125 g					6	5		
1 Stück Marmorkuchen	80 g	6	5	7	6	7	6		
1 Praline	12 g	2	2			2	2		
1 Schokoladenkuss	20 g	6	5	6	5	6	5	6	5
1 Mars	75 g			14	12	20	17		
1 Snickers	60 g	13	11	8	7	13	11		
1 Portion Smacks	30 g	6	5	5	4	6	5	4	3
1 Vanille-Milch-Shake	0,25 l	13	11	13	11	13	11		
1 Glas Cola	0,2 l	8	7	9	8	8	7		
1 Glas Limonade	0,2 l			9	8	10	8		
2 TL Kakao-Instantpulver	10 g			3	3			4	3
2 TL Nuss-Nougat-Creme	20 g			4	3	5	4		
Fruchtspeiseeis	75 g							7	6
1 Rippe Milkschokolade	20 g							5	4

\* ZW = Zuckerwürfel 2,5 / 3 Gramm