

Übersichtstabelle – Zuckerverstecke in Lebensmitteln (Stand: 01/2019)

Hinweis: Für die Berechnung wird davon ausgegangen, dass ein Zuckerwürfel 3 Gramm wiegt.

Lebensmittel-Beispiele	Verpackungs- inhalt in Gramm bzw. Milliliter	Zucker auf 100 Gramm	Anzahl der Zuckerwürfel auf 100 Gramm	Anzahl der Zucker- würfel in der gesamten Packung
Balisto Kekse mit Vollkorn-Waldbeeren- geschmack	166,5 g	45 g	15	25
Bauer Leibniz Hofspass Pfirsich-Banane Joghurt und Keksen	130 g	14,9 g	5	7
CocaCola koffeinhaltiges Erfrischungsgetränk	500 ml	10,6 g	4	18
Corny Nussig Müsliriegel Haselnuss	150 g	28,3 g	9	14
Danone Actimel Vanille	800 g	13,2 g	4	35
Eistee mit Zitronengeschmack	500 ml	7,4 g	2	12
Elsdorfer Mini Mooh Quetschi Quarkcreme – mit Erdbeeren	360 g	13,3 g	4	16
HARIBO Goldbären Fruchtgummi	360 g	46 g	15	54
HARIBO Tropifrutti Fruchtgummi	220 g	63 g	21	46
Hemme Milch Vanillemilch	250 ml	9,4 g	3	8
Kellogg's Smacks Frühstückscerealien	375 g	34 g	11	43
kinder Schoko-Bons Vollmilchschokoladen- eier mit Milchfüllung	200 g	52,2 g	17	35
Kinder Schokolade gefüllte Vollmilch- schokolade	125 g	53,3 g	18	22
Knoppers Waffelschnitte Nugatcremefüllung	200 g	35,3 g	12	24
Köln Cerealien Vollkorn Haferfleks Knusper-Honig	375 g	30 g	10	38
Leckermäulchen Milch-Vanille	150 g	18 g	6	9
Milch-Schnitte	140 g	29,5 g	10	14
Milka Tender Biskuit-Roulade	185 g	38 g	13	23

verbraucherzentrale

Brandenburg

Übersichtstabelle – Zuckerverstecke in Lebensmitteln (Stand: 01/2019)

Hinweis: Für die Berechnung wird davon ausgegangen, dass ein Zuckerwürfel 3 Gramm wiegt.

Lebensmittel-Beispiele	Verpackungs- inhalt in Gramm bzw. Milliliter	Zucker auf 100 Gramm	Anzahl der Zuckerwürfel auf 100 Gramm	Anzahl der Zucker- würfel in der gesamten Packung
müller Froop Zitrone Joghurt	150 g	16,5 g	6	8
müller fructiv Apfel Traube Cranberry Molkenmischgetränk	456 g	7,7 g	3	12
müller Joghurt mit der Ecke Minis Tom and Jerry mit Keksen	340 g	12,2 g	4	14
müller Joghurt mit der Ecke Schoko Stars	150 g	17,7 g	6	9
müller Müllermilch Vanille	400 ml	11,8 g	4	16
Nestle LC1 gesüßter Vanillejoghurt	500 g	13,1 g	4	22
Nutella Nuss-Nougat-Creme	500 g	56,3 g	19	94
Prinzen Rolle Doppelkeks mit Kakaocremefüllung	400 g	35 g	12	47
Zott Monte Drink – Milch mit Schoko und Haselnuss	200 ml	10,2 g	3	7
Zott Monte Milch-Dessert mit Schoko und Haselnuss	330 g	13,7 g	5	15

verbraucherzentrale

Brandenburg