

Versteckter Zucker

Wie viel worin enthalten ist

Menge	Lebensmittel	Zucker Gramm	entspr. Würfel-Zucker Stück	
1 Stück	Würfelzucker	3	1	
200 g	Rahmglace	40	13	
1 L	Fanta	120	40	
100 g	Gummibärchen	50	17	
1 Becher	Erdbeer-Joghurt	18	6	
1 Stück	Müesliriegel	12	4	
1 Stück	Brot mit Confi	9	3	
1 Reihe	Schoggi	9	3	
50 g	Zwieback	9	3	

Durch Darstellen der Zuckermenge in Form von Würfelzucker kann der Zuckergehalt anschaulich dargestellt werden.