

## Hoeveel suiker zit er in vruchtendrank?

Product	Portie	Koolhydraten	Suiker
Appelsientje Fris fruit sinaasappel	1 glas (200 ml)	34 kcal	8,2 g
Appelsientje Fris fruit appel	1 glas (200 ml)	30 kcal	6,8 g
Appelsientje Fruitdrink mango	1 glas (200 ml)	54 kcal	12,4 g
Appelsientje Zwarte bes	1 glas (200 ml)	104 kcal	24,2 g
BioToday, braam-blackberry	1 glas (200 ml)	102 kcal	22 g
BioToday Premium Gember Drank	1 glas (200 ml)	276 kcal	68 g
Capri-Sun, multivitamine	1 glas (200 ml)	38 kcal	8,8 g
Capri-Sun Orange	1 glas (200 ml)	38 kcal	8,8 g
CoolBest, 'mango dream'	1 glas (200 ml)	94 kcal	21,4 g
CoolBest, 'strawberry hill'	1 glas (200 ml)	92 kcal	21 g
CoolBest Premium orange	1 glas (200 ml)	84 kcal	17,8 g
CoolBest Fruit ontbijt sinaasappel & aardbei	1 glas (200 ml)	100 kcal	20,8 g
DubbelDrank Mango & passievrucht	1 glas (200 ml)	92 kcal	21,8 g
DubbelDrank Mango & guanabana	1 glas (200 ml)	94 kcal	21,8 g
Dubbelfris, appel-perzik	1 glas (200 ml)	46 kcal	11,2 g
DubbelFriss 1Kcal Appel & perzik	1 glas (200 ml)	2 kcal	0,4 g
Healthy People, granaatappel	1 glas (200 ml)	74 kcal	17,4 g
Healthy people, cranberry	1 glas (200 ml)	106 kcal	24,8 g
Roosvicee multivitamine, kiwi-sinaasappel	1 glas (200 ml)	50 kcal	11,8 g
Roosvicee 1 kcal framboos & bosbes	1 glas (200 ml)	2 kcal	0,2 g
Sisi Mango no bubbles zero sugar	1 glas (200 ml)	6 kcal	0 g
Sisi Orange no bubbles zero sugar	1 glas (200 ml)	6 kcal	0 g
Sourcy Vitaminwater framboos granaatappel	1 glas (200 ml)	2 kcal	0 g
Sourcy Vitaminwater mango guave	1 glas (200 ml)	2 kcal	0 g
Spa Fruit strawberry watermelon	1 glas (200 ml)	24 kcal	5,4 g
Spa Fruit, orange	1 glas (200 ml)	24 kcal	5,4 g
Taksi, tropisch fruit	1 glas (200 ml)	68 kcal	16 g
Taksi, tropisch fruit zonder toegevoegd suiker	1 glas (200 ml)	22 kcal	4,8 g
Van de Boom Appel, 30% minder suiker	1 glas (200 ml)	58 kcal	14 g
Van de Boom Peer, 30% minder suiker	1 glas (200 ml)	62 kcal	15 g

Deze lijst geeft verschillende voorbeelden. Zo krijg je een idee van hoeveel suiker ergens in zit. Let op: fabrikanten veranderen soms een recept. Bekijk daarom altijd zelf het etiket van een product. Dan weet je zeker wat je eet.