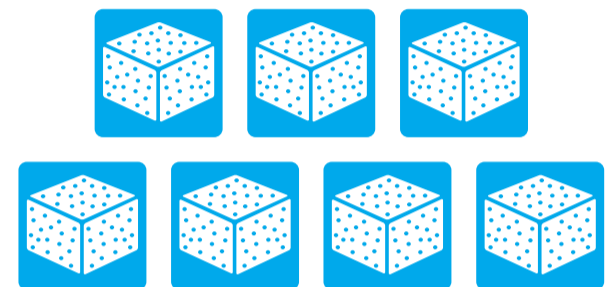




# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖❖❖ **Monsterbacke Joghurt mit Knisterstückchen von Ehrmann**



**= 20 g Zucker**

Das Produkt (135 g) enthält **20 g Zucker (circa 7 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **15 g Zucker (circa 5 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 67 % JOGHURT, Himbeerezubereitung (50 % Himbeerpüree, **Zucker**, Wasser, modifizierte Stärke, färbendes Karottensaftkonzentrat, natürliches Aroma, natürliches Himbeearoma mit anderen natürlichen Aromen), Knisterzucker (**Zucker**, **Glukosesirup**, Kakaobutter, Kohlendioxid, **LAKTOSE**, Farbstoffe: Echtes Karmin, Brillantblau FCF, E 141), **Zucker**, modifizierte Stärke, Speisegelatine, MILCHEIWEISS. KANN SPUREN VON SCHALENFRÜCHTEN, EIERN, GLUTEN, LUPINEN UND SOJA ENTHALTEN.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

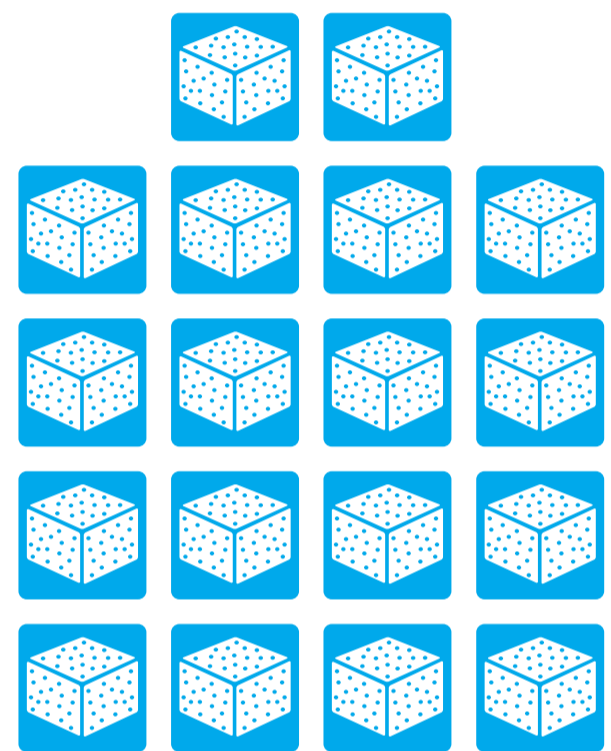
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ❖ Klassischer Rotkohl von Kühne



**= 52 g Zucker**

Der Beutel (400 g) enthält **52 g Zucker (circa 18 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **13 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Rotkohl 70 %, Wasser, **Zucker**, Branntweinessig, Salz, modifizierte Stärke, natürliches Aroma

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

**verbraucherzentrale**

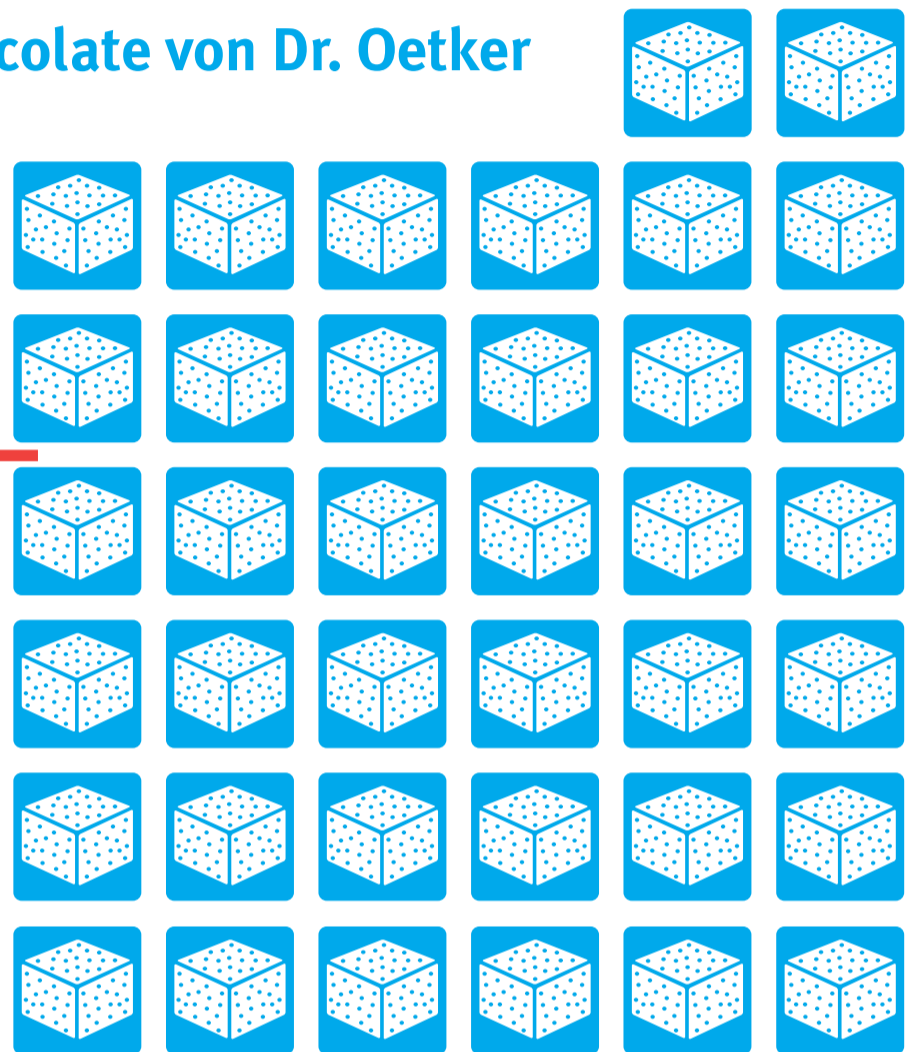
*Niedersachsen*





# VERSTECKSPIEL ZUCKER

...❖ Knuspermüsli Plus Double Chocolate von Dr. Oetker



**= 113 g Zucker**

Die Packung (450 g) enthält **113 g Zucker (circa 38 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **25 g Zucker (circa 8 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 46 % Vollkorn-HAFERFLOCKEN, **Zucker**, Sonnenblumenöl, 8,0 % Schokolade (Kakaomasse, **Zucker**, fettarmer Kakao, Kakaobutter, Emulgator (Lecithine)), 7,0 % VOLLMILCHSCHOKOLADE (**Zucker**, VOLLMILCHPULVER, Kakaomasse, Kakaobutter, SÜSSMOLKENPULVER, Emulgator (Lecithine)), **Glukosesirup**, getrocknete WEIZENKEIME, WEIZENMEHL, Reismehl, **Honig**, WEIZENVOLLKORNMEHL, Salz, getrockneter GERSTENMALZEXTRAKT, MAGERMILCHPULVER, Aroma.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

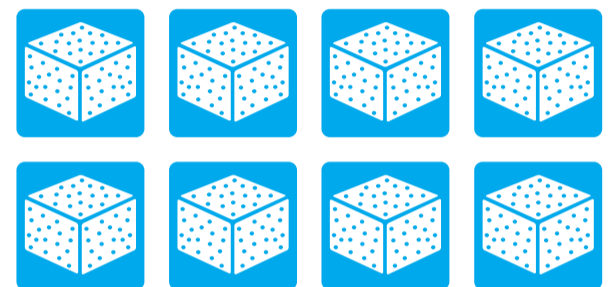
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

...❖ Götterspeise Waldmeister-Geschmack von Dr. Oetker



**= 23 g Zucker**

Der Becher (125 g) enthält **23 g Zucker (circa 8 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **18 g Zucker (circa 6 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Wasser, **Zucker**, Gelatine, Säuerungsmittel (Citronensäure), färbendes Lebensmittel (Saflorkonzentrat, Zitronenkonzentrat), Aroma, Farbstoff (Patentblau V), Schaumverhüter (Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren)

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖ Pasta Snack mit Tomaten-Sauce von Knorr



= 12 g Zucker

Der Becher (269 g) enthält **12 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **4 g Zucker (circa 1 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 58 % Teigwaren (HARTWEIZENGRIESS), 22 % Tomatenpulver, **Zucker**, Kartoffelstärke, natives Olivenöl extra, Gewürze (Zwiebeln, Knoblauch, Petersilienwurzel), Meersalz, Speisesalz, Hefeextrakt, Palmöl, **Maltodextrin**, MOLKEN-ERZEUGNIS, **MILCHZUCKER**, Thymian, Oregano, WEIZENMEHL, Gemüsesaftkonzentrate (SELLERIE, Karotten, Lauch, Zwiebeln).

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

verbraucherzentrale

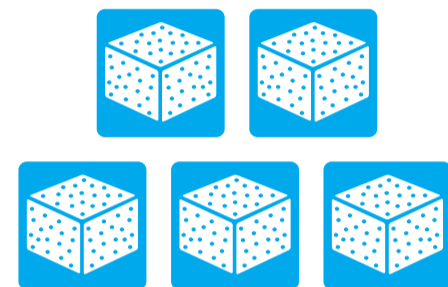
Niedersachsen





# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖ Joghurt Himbeere von Ehrmann



**= 14 g Zucker**

Der Beutel (100 g) enthält **14 g Zucker (circa 5 Stück Würfelzucker)!**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: **JOGHURT** mild, Himbeeren, **Zucker**, modifizierte Stärke, färbendes Karotten- und Saflorkonzentrat, Verdickungsmittel: Pektine, Guarkernmehl; Aroma.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

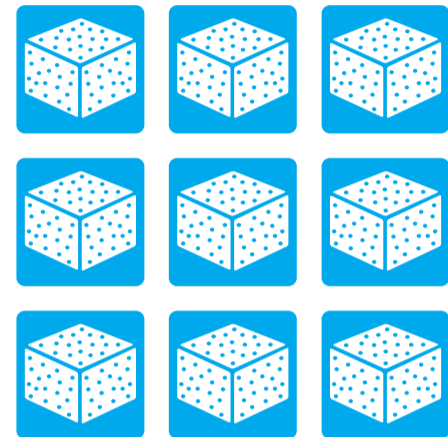
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ••• Schoko Reis Waffeln von ALNATURA



**= 28 g Zucker**

Die Packung (100 g) enthält **28 g Zucker (circa 9 Stück Würfelzucker)!**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Vollmilchschokolade\* 60 % (**Rohrohrzucker\***, Kakaobutter\*, VOLLMILCHPULVER\*, Kakaomasse\*, Bourbonvanilleextrakt\*), Reiswaffeln\* 40 % (Vollkornreis\* 99 %, SESAM\*, Meersalz)  
\*aus biologischer Landwirtschaft.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

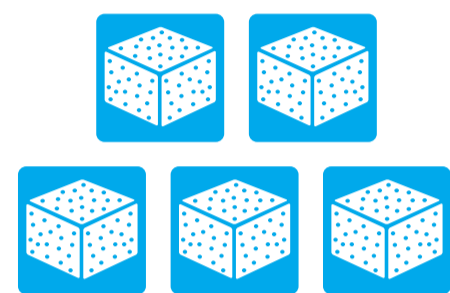
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ••• Gemüsechips von Kühne



**= 16 g Zucker**

Die Tüte (75 g) enthält **16 g Zucker (circa 5 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **21 g Zucker (circa 7 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (Pastinake, Süßkartoffel, Rote Bete), Sonnenblumenöl, Gewürze, Salz, **Traubenzucker**, Petersilie, Dill.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

**verbraucherzentrale**

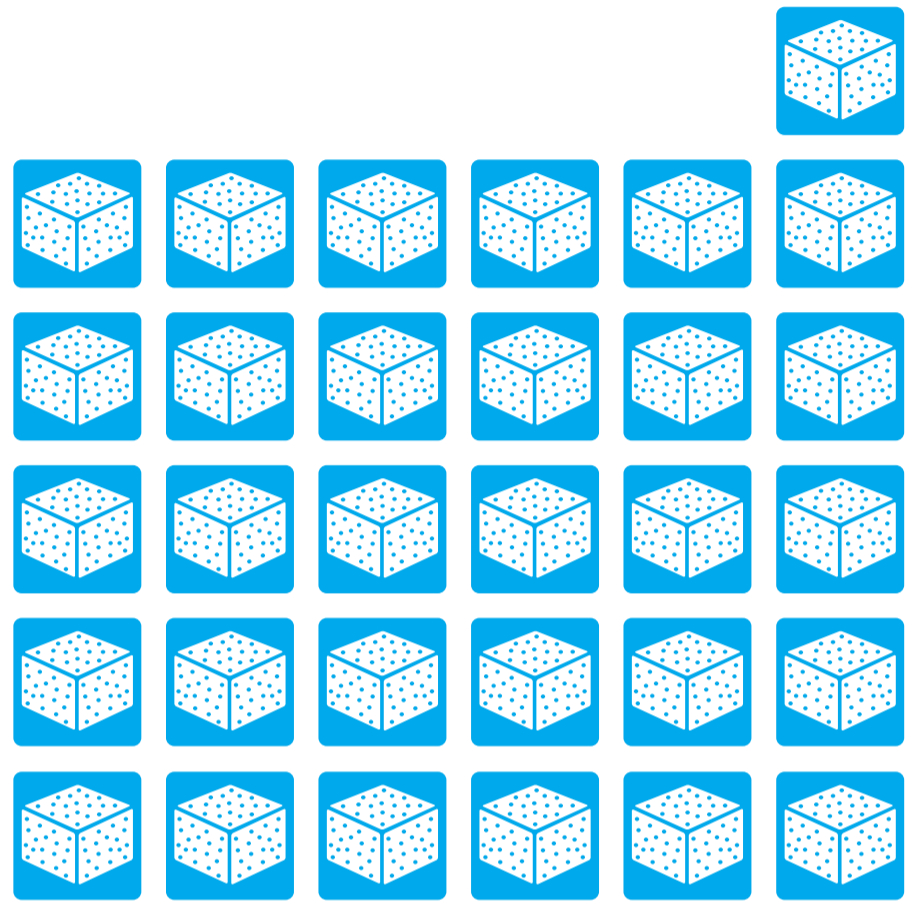
*Niedersachsen*





# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ... Kinderfrüchtetee von Bebivita



**= 113 g Zucker**

Die Packung (400 g) enthält **94 g Zucker (circa 31 Stück Würfelzucker)**;  
ein kleines Glas trinkfertiger Tee-Mischung mit 100 ml enthält **2 g Zucker (circa 1 Stück Würfelzucker)**!

Pro 100 g sind das **24 g Zucker (circa 8 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g Zucker** pro Tag.

Zutaten: Wasser, 1,7 % **Zucker**, 0,2 % **Traubenzucker**, Hibiskusextrakt, Orangensaftpulver, Sauerkirschsaftpulver, Grapefruitsaftextrakt, natürliches Orangenaroma, **Maltodextrin**, Rote Bete-Pulver, Vitamin C

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

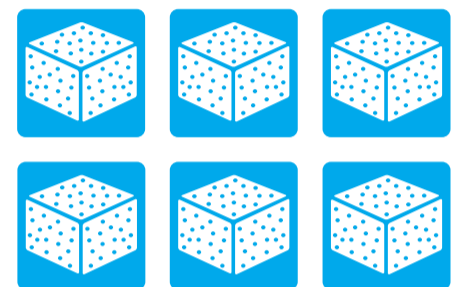
verbraucherzentrale

Niedersachsen



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ❖ Krautsalat mit Paprika von Nadler



**= 20 g Zucker**

Der Becher (150 g) enthält **20 g Zucker (circa 6 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **13 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 66 % Weißkraut, **Zucker**, Wasser, 6 % Zwiebeln, Branntweinessig, Rapsöl, 4 % Paprika, Salz, Gewürze, Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure; Säuerungsmittel: Citronensäure.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

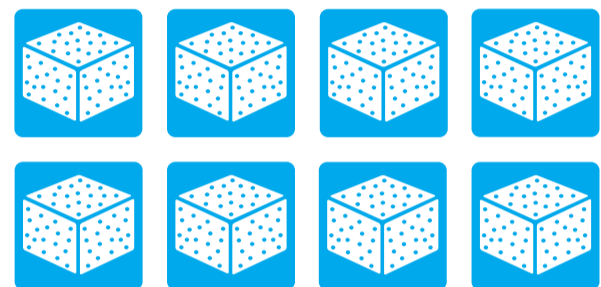
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖ Milchreis Schoko von Müller



**= 25 g Zucker**

Der Becher (200 g) enthält **25 g Zucker (circa 8 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **13 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: VOLLMILCH, BUTTERMILCH, Wasser, **Zucker**, 6,3 % Reis, Schokoladenpulver\* (**Zucker**, Kakao), Schokolade\*, **Traubenzucker**, VOLLEI, Speisesalz, modifizierte Stärke, Verdickungsmittel Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl, Carrageen; Aroma.

\*Kakao- und Schokoladenerzeugnisse im Endprodukt: 2,3%

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

**verbraucherzentrale**

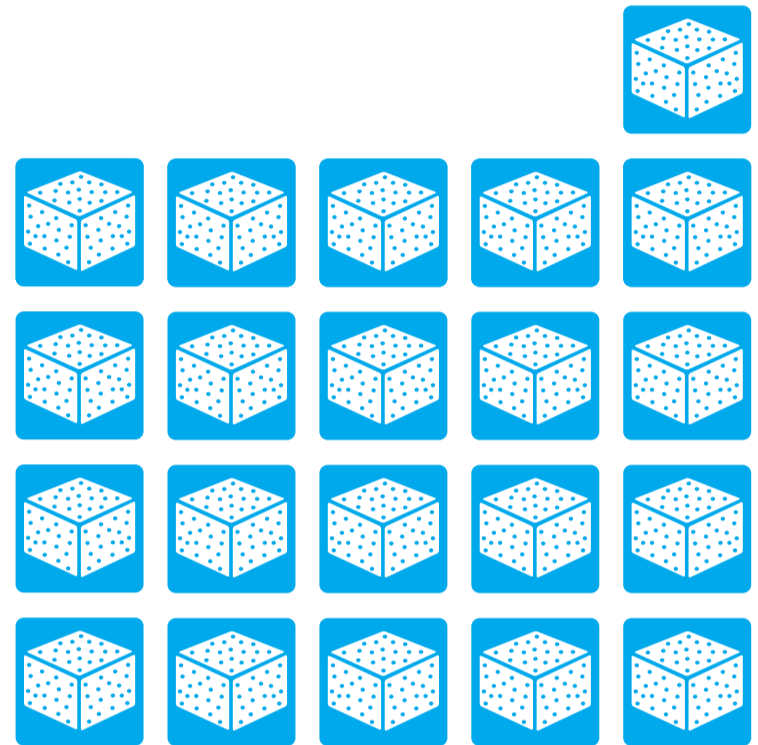
*Niedersachsen*





# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ❖ Kürbis in Stückchen von Kühne



**= 63 g Zucker**

Das Glas (370 g) enthält **63 g Zucker (circa 21 Stück Würfelzucker)!**

Pro 100 g sind das **17 g Zucker (circa 6 Stück Würfelzucker).**

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Kürbis, **Glukose-Fruktose-Sirup**, Branntweinessig, **Zucker**, Weißweinessig, **Honig** (1 %), Salz, natürliches Aroma

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

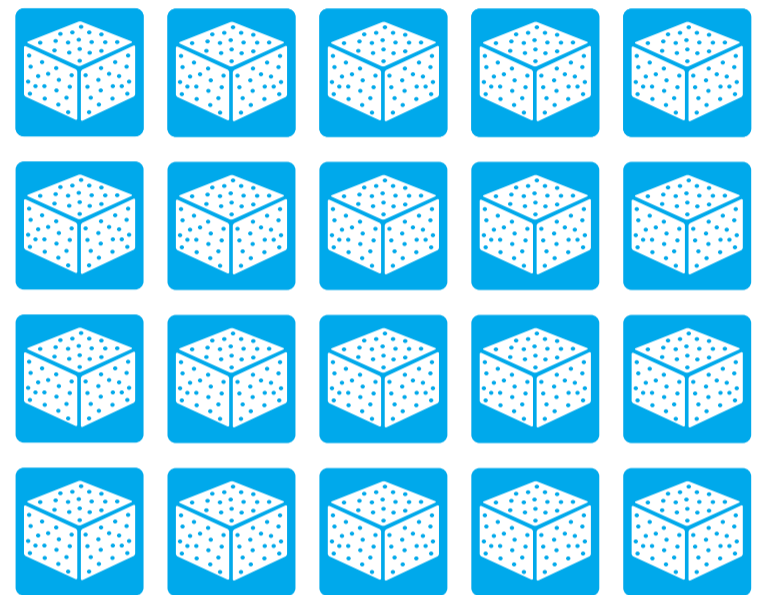
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ❖ Hamburger Sauce von Homann



**= 59 g Zucker**

Die Packung (450 g) enthält **59 g Zucker (circa 20 Stück Würfelzucker)**;  
eine Portionsmenge von 30 g enthält **4 g Zucker (circa 1 Stück Würfelzucker)**.  
Pro 100 g sind das **13 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 34 % Rapsöl, 23 % Weißkraut, Wasser, **Zucker**, **Glukose-Fruktose-Sirup**, Branntweinessig, Salz, modifizierte Stärke, **MILCHEIWEISS**, Gewürze, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; natürliches Aroma, Säuerungsmittel: Citronensäure; Farbstoff: Beta-Carotin.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖ Paula Schokopudding von Dr. Oetker



= 10 g Zucker

Die Packung (80 g) enthält **10 g Zucker (circa 3 Stück Würfelzucker)**;

Pro 100 g sind das **12 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 86 % VOLLMILCH, **Zucker**, modifizierte Stärke, (Mais), 1,4 % fettarmer Kakao, 0,4 % Kakao, Kakaobutter, Stabilisator (Kaliumcitrate)

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

verbraucherzentrale

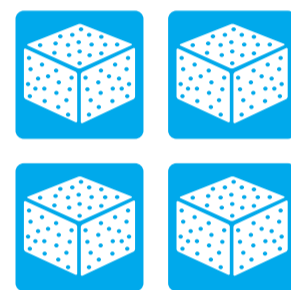
Niedersachsen





# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖❖❖ Fruchtiges Quetschmus, Birne, Banane, Orange & Vanille von erdbär



**= 11 g Zucker**

Der Beutel (100 g) enthält **11 g Zucker (circa 4 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 64 % Birnenpüree\*, 28 % Bananenpüree\*, 6 % Orangensaft\*, 2 % Vanilleextrakt\*, < 0,5% Zitronensaftkonzentrat\*  
\* aus biologischem Landbau

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

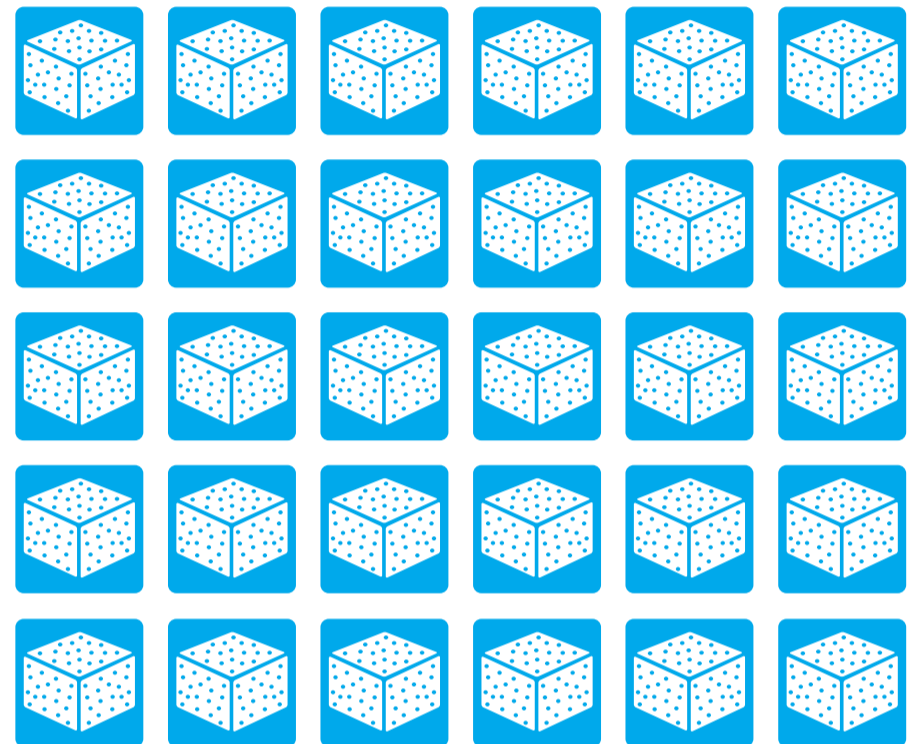
**verbraucherzentrale**

*Niedersachsen*



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

...❖ Cini-Minis CrazyCrush von Nestlé



**= 90 g Zucker**

Die Packung (410 g) enthält **90 g Zucker (circa 30 Stück Würfelzucker)**;  
eine Portionsgröße von 30 g enthält **7 g Zucker (circa 2 Stück Würfelzucker)**.  
Pro 100 g sind das **22 g Zucker (circa 7 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Getreide (31,6 % VOLLKORNWEIZEN, Reismehl, Maisgrieß), 37,4 % Füllung (WEIZENSTÄRKE, Sonnenblumenöl, **Zucker**, Kakaobutter, MAGERMILCHPULVER, Calciumcarbonat, fettarmer Kakao, natürliches Aroma, Emulgator Lecithine, Antioxidationsmittel (stark tocopherolhaltige Extrakte), **Zucker**, **Glukosesirup**, Vitamine und Mineralstoffe (Calciumcarbonat, Niacin, Eisen, Pantothersäure, Vit. B6, Riboflavin [Vit. B2], Folsäure), Emulgator Lecithine, Sonnenblumenöl, 0,2 % Zimt, Salz, natürliches Aroma, Farbstoff (Carotin), Antioxidationsmittel (stark tocopherolhaltige Extrakte)

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

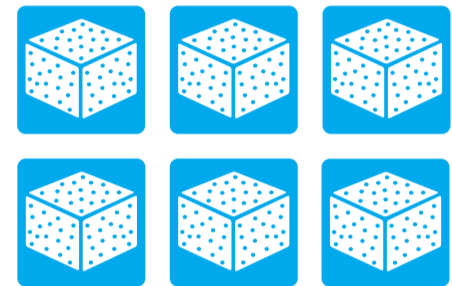
verbraucherzentrale

Niedersachsen



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖❖❖ Fruchtriegel Ananas & Kokosnuss von Nestlé



**= 17 g Zucker**

Die Packung (32 g) enthält **17 g Zucker (circa 6 Stück Würfelzucker)**;

Pro 100 g sind das **53 g Zucker (circa 18 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Apfelsaftkonzentrat, Apfelpüree, getrocknete Äpfel (Pulver, Fasern), Datteln, getrocknete Kokosnuss, MANDELN, getrocknete Ananas, Sonnenblumenöl, Ananassaftkonzentrat, natürliches Aroma. Kann ERDNÜSSE und andere NÜSSE enthalten.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

verbraucherzentrale

Niedersachsen





# VERSTECKSPIEL ZUCKER

…❖ Nesquik Getreideriegel mit Vollkornweizen & Kakao von Nestlé



Die Packung (25 g) enthält **6 g Zucker (circa 2 Stück Würfelzucker)**;

Pro 100 g sind das **24 g Zucker (circa 8 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: 36,1 % Getreide (32 % VOLLKORNWEIZENMEHL, 2,2 % Maisgrieß, 1,9 % Reismehl), **Glukosesirup, Zucker**, 8,2 % **gezuckerte** Kondensmilch (VOLLMILCH, **Zucker**), **Invertzuckersirup**, MAGERMILCHPULVER, Feuchthaltemittel (Sorbit, Glycerin), Sonnenblumenöl, Kokosnussfett, Vitamine und Mineralstoffe (Calciumcarbonat, Niacin, Pantothen-säure, Folsäure, Vit. B6, Riboflavin [Vit. B2]), **Maltodextrin**, 1,5 % Kakaopulver, 0,9 % fettarmer Kakao, Kakaobutter, Salz, natürliches Vanillearoma, Emulgator (Lecithine), Antioxidationsmittel (stark tocopherolhaltige Extrakte), natürliches Aroma. Kann SOJA und NÜSSE enthalten.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

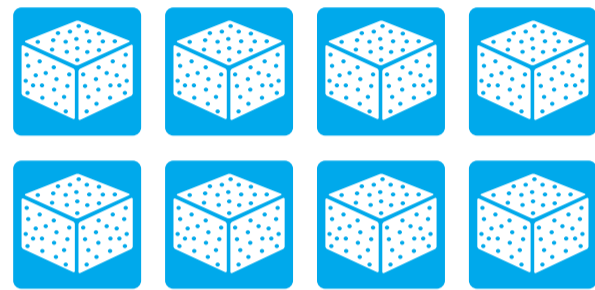
verbraucherzentrale

Niedersachsen



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

❖ Apfel Kirsch Holunder Limonade von Fritz-Limo



= 23 g Zucker

Die Flasche (330 ml) enthält **23 g Zucker (circa 8 Stück Würfelzucker)**;  
Pro 100 ml sind das **7 g Zucker (circa 2 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Natürliches Mineralwasser, Apfelsaft\* (17 %), Sauerkirschsafft\* (5 %), **Zucker**, Holunderbeerensaft\* (1 %), Kohlensäure, Zitronensaft, natürliches Aroma

\*aus Fruchtsaftkonzentraten

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

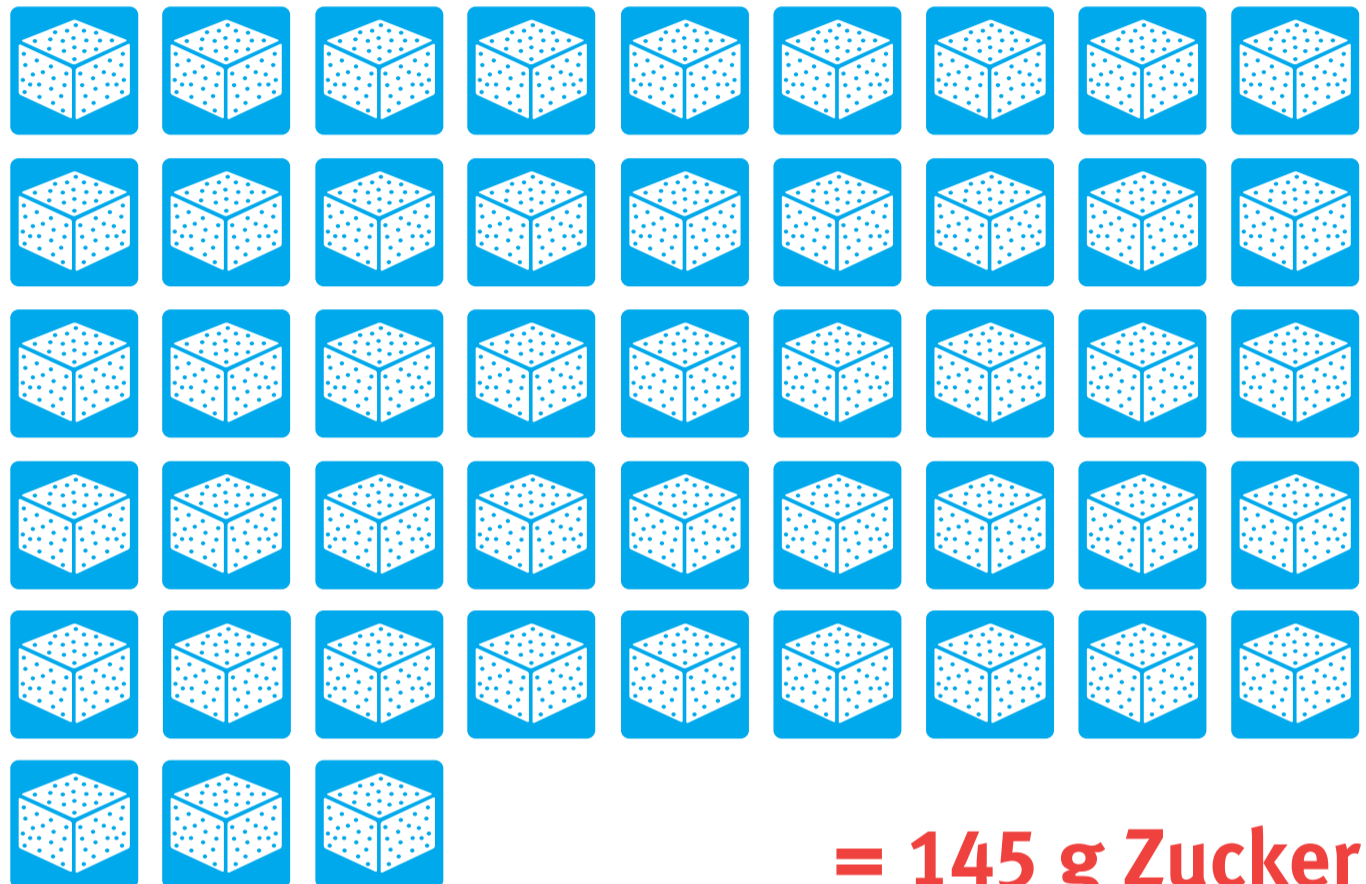
verbraucherzentrale

Niedersachsen



# VERSTECKSPIEL ZUCKER

## ... Gewürzketchup von HELA



**= 145 g Zucker**

Die Packung (500 ml) enthält **145 g Zucker (circa 48 Stück Würfelzucker)**;  
Pro 100 ml sind das **29 g Zucker (circa 10 Stück Würfelzucker)**.

**!** Empfehlung für Kinder (4 bis 6 Jahre): **maximal 35 g** Zucker pro Tag.

Zutaten: Tomatensaft, **Zucker, Dextrose**, Kochsalz, Curry (SENFMEHL, Pfeffer, Paprika, Chillies, Nelken, Gewürze), Branntweinessig, modifizierte Maisstärke, Säuerungsmittel: Citronensäure, Verdickungsmittel: (Guarkernmehl, Johannisbrotkernmehl), Kräuter (enthält SELLERIE), Säureregulator: Natriumlactat, Geschmacksverstärker: Mononatriumglutamat

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

verbraucherzentrale

Niedersachsen