

# Zucker. Was enthält, wie viel?

Wir essen alle Zucker. Er schmeckt ja auch gut.

Aber wo ist überall Zucker drin? Und wie viel?

Man soll 6 Teelöffel oder 6 Würfelzucker am Tag zu sich nehmen.

Essen wir wirklich nur 6 Teelöffel/Würfelzucker am Tag? Oder ist es in Wirklichkeit weniger oder mehr?

Unten seht Ihr gleich eine Reihe von Lebensmitteln.

Und Ihr dürft schätzen wie viel Zucker darin enthalten ist.

Es gibt 3 Antworten aber **nur eine** ist Richtig.



Glas Mineralwasser

0 Zuckerwürfel	1 Zuckerwürfel	3 Zuckerwürfel



Glas Apfelsaft

3 Zuckerwürfel	13 Zuckerwürfel	23 Zuckerwürfel

# Zucker. Was enthält, wie viel?



Dose Coca Cola 0,33 L

<b>5 Zuckerwürfel</b>	<b>10 Zuckerwürfel</b>	<b>15 Zuckerwürfel</b>



Dose Energy Drink 0,35 L

<b>7 Zuckerwürfel</b>	<b>14 Zuckerwürfel</b>	<b>21 Zuckerwürfel</b>



Schale Cornflakes

<b>1 Zuckerwürfel</b>	<b>11 Zuckerwürfel</b>	<b>21 Zuckerwürfel</b>



Becher Joghurt

<b>1 Zuckerwürfel</b>	<b>6 Zuckerwürfel</b>	<b>11 Zuckerwürfel</b>

# Zucker. Was enthält, wie viel?



Currywurst

<b>6 Zuckerwürfel</b>	<b>12 Zuckerwürfel</b>	<b>18 Zuckerwürfel</b>



Tomatenketchup; 80 Gramm

<b>9 Zuckerwürfel</b>	<b>18 Zuckerwürfel</b>	<b>27 Zuckerwürfel</b>



Hamburger

<b>2 Zuckerwürfel</b>	<b>4 Zuckerwürfel</b>	<b>6 Zuckerwürfel</b>



Schoko Aufstrich; 250 Gramm

<b>73 Zuckerwürfel</b>	<b>83 Zuckerwürfel</b>	<b>93 Zuckerwürfel</b>