

## Hoeveel suiker zit er in limonadesiroop?

Product	Per portie 200 ml aangelegd met water, waarvan siroop	Energie	Koolhydraten	Suiker
AH Siroop aardbei	25 ml	48 kcal	12,1 g	12 g
AH Biologisch Diksap appel	22 ml	48 kcal	12 g	12 g
AH Siroop aardbei 0% suiker toegevoegd	25 ml	8 kcal	2,2 g	2 g
Dixap Appel	12 ml	38 kcal	9 g	9 g
Jumbo Siroop Aardbei met appel	25 ml	26 kcal	6,6 g	4 g
Jumbo Fruitsiroop Framboos met Appel 0% suiker toegevoegd	25 ml	8 kcal	1,8 g	1,4 g
Karvan Cévitam, aardbei	25 ml	47 kcal	11 g	11 g
Karvan Cévitam Zero aardbei siroop	20 ml	1 kcal	0 g	0 g
Karvan Cévitam Original ice tea peach siroop	25 ml	59 kcal	14 g	14 g
Karvan Cévitam Siroop go aardbeien	1,6 ml	3 kcal	0,6 g	0,1 g
RAAK Vruchtensiroop Multivruchten Zero Sugar	25 ml	2 kcal	0,4 g	0 g
Raak Vruchtensiroop multivruchten	25 ml	56 kcal	13,8 g	13,4 g
Ranja Vruchtensiroop Aardbei	20 ml	66 kcal	16,2 g	16,2 g
Roosvicee, vruchtenmix	33 ml	77 kcal	19 g	19 g
Roosvicee Low-Cal Fruitkracht	40 ml	34 kcal	13 g	0,6 g
Slimpie Aardbei Siroop	17 ml	2 kcal	0,2 g	0,2 g
Soof, bosbes-lavendel-appel	22 ml	74 kcal	17,4 g	16,8 g
Soof, wortel-gember-appel	22 ml	72 kcal	17,2 g	17,4 g
Teisseire Zero aardbei framboos siroop	15 ml	2 kcal	0,5 g	0,2 g
Van de Boom Aardbei framboos siroop	25 ml	62 kcal	15,2 g	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.