



## Van nature of toegevoegde suikers

Hieronder staan een aantal voedingsmiddelen. Zet een kruis in de kolom 'Van nature aanwezige suiker' als je denkt dat er alleen maar natuurlijke suikers in het product voorkomen. Denk je dat er ook suiker aan het product is toegevoegd, zet dan een kruis in de kolom 'Toegevoegde suiker'.

Voedingsmiddel	Van nature aanwezige suiker	Toegevoegde suiker
Sinaasappelsap		
Appels		
Hagelslag		
Druiven		
Jam		
Bananen		
Worteltjes		
Mais		
Appelstroop		
Aardappels		
Cola		
Walnoten		