

## Slik uden tilsat sukker

Der findes efterhånden et stort udbud af slik uden tilsat sukker.

Meget af dette er sødet med sukkeralkoholer som fx isomalt, maltitol, maltitolsirup, sorbitol og xylitol. Disse påvirker blodsukkeret og giver energi, dog ikke helt så meget som sukker.

Diabetesforeningen anbefaler derfor, at man højst spiser, hvad der svarer til 10 g kulhydrat pr. dag af sukkeralkoholer. Indtages større mængder, bør man tælle det med som kulhydrat. Energigivende sødestoffer anvendt i større mængder kan i øvrigt medføre mavegener.

### Oversigt over sukkerfrie slikprodukter (I alfabetisk rækkefølge):

Produktnavn	Almue- gaarden	Atwel ®	Atwel ®	Atwel ®	Bodeta sukkerfri fyldte bolcher	De Bron	De Bron	De Bron
Variationer	Blandede bolcher	Blandede bolcher	Salmiak briketter	Salmiak hagl	Kirsebær Pebermynte	Salt Liquorice	Fruit & Juice Toffees	Colagums
Anvendte sødestoffer	Isomalt	Sucralose	Sucralose	Sucralose	Isomalt Maltitolsirup Sorbitolsirup	Maltitol	Maltitolsirup Mannitol Sucralose	Maltitol
Energi pr. 100 g	990 kJ	140 kJ	110 kJ	110 kJ	952 kJ	578 kJ	1207 kJ	985 kJ
Kulhydrater pr. 100 g	98 g	7,5 g	4,5 g	4,5 g	95 g	54 g	82 g	87 g
Vægt pr. stk. ca.	3 g	4 g	5 g	0,6 g	5 g	3 g	6 g	5 g
Energi pr. stk.	25 kJ	5,6 kJ	5,5 kJ	0,66 kJ	47,6 g	17 kJ	72 kJ	49 kJ
Kulhydrat pr. stk. ca.	3 g	0,3 g	0,2 g	0,03 g	4,8 g	2 g	5 g	4 g
Producent	Almue- gaarden	Toft care system	Toft care system	Toft care system	Bodeta süßwaren GmbH	Van Vliet The Candy Company, Holland	Van Vliet The Candy Company, Holland	Van Vliet The Candy Company, Holland
Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)	3 stk.	Ingen begrænsning	Ingen begrænsning	Ingen begrænsning	2 stk.	5 stk.	2 stk.	2-3 stk.

Produkt-navn	De Danske vægtkonsulenter	Delights	Eat Light	Eat Light	Eat light	Fisher-man's Friend®	Fribol	Frisk®	Ga-Jol Drops
Variationer	Blandede bolcher	Mint Spice Hazel Brownie	Caribbean Toffemix	Salt lakrids Sød lakrids	Vingummi	Original Mint Salmiak- lakridssmag	Diverse varianter	Lime Lakrids Pebermynte Eucalyptus Powermints	Lakrids Mint Eucalyptus
Anvendte sødestoffer	Sucralose		Maltitolsirup Mannitol Sucralose	Maltitol	Maltitol	Sorbitol	Sucralose	Sorbitol Xylitol Aspartam Acesulfam K	Isomalt Acesulfam K
Energi pr. 100 g	110 kJ	1450 kJ	1205 kJ	900 kJ	940 kJ	1007-1063 kJ	420 kJ	960 kJ	975 kJ
Kulhydrater pr. 100 g	6 g	59 g	83 g	77 g	80 g	91-99 g	90 g	93 g	97 g
Vægt pr. stk. ca.	5 g	12 g	6-7 g	5 g	7 g	1 g	3 g	0,1 g	1 g
Energi pr. stk.	6,5 kJ	174 kJ	75 kJ	45 kJ	66 kJ	10 kJ	13 kJ	1 kJ	13 kJ
Kulhydrat pr. stk. ca.	0,3 g	7 g	5 g	4 g	6 g	1 g	3 g	0,1 g	1,3 g
Producent	De danske vægtkonsulenter	Kur® organic superfood URTEKRAM	Simco Chokolader	Simco Chokolader	Simco Chokolader	Nordisk Tobaks Kompagni	Han Herred Bolcher	Frisk International, Belgien	Toms Gruppen A/S
Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)	Ingen begrænsning	1-1½ stk.	2 stk.	2-3 stk.	2 stk	10 stk.	Ingen begrænsning	100 stk.	8 stk.

Produktnavn	Ga-Jol sukkerfri	Halls Sugarfree	Halls Sugarfree	Hustol® plus	Ice halspastiller	ISIS	ISIS	Lågkalor i A-plus sockerfri	Läkerol fresh drops	Läkerol pastiller
Variationer	Gul Rød Lysegrøn Grøn Mørkegrøn Lyseblå + orange Lyseblå Lyserød/pink Polet lakrids	Lemon Orange Lime	Liquorice	Honey Liquorice Eucalyptus Blackcurrant	Peppermint & Menthol	Spejder bolcher	Tropiske bolcher	Syrliga Polka kungen av danmark	Salvie Papaya/lemon	Original Yuzo Cupa Sweet licorice Salmiak Citron Cactus Special Salvie Red and spicy
Anvendte sødestoffer	Sorbitol Saccharin	Isomalt Aspartam Acesulfam K	Isomalt Aspartam Acesulfam K	Sorbitol Maltitol	Isomalt Xylitol Aspartam- acesulfamsalt	Sucralose	Sucralose	Maltitolsi rup	Isomalt Maltitolsirup Xylitol Aspartam Acesulfam K	Maltitolsirup Sorbitopsirup Aspartam Acesulfam K
Energi pr. 100 g	450-550 kJ	988 kJ	970 kJ	393 kJ	990 kJ	110 kJ	180 kJ	1000 kJ	900 kJ	600 kJ
Kulhydrater pr. 100 g	39-47 g	94 g	97 g	37 g	98 g	6,5 g	9,5 g	99 g	92 g	54 g
Vægt pr. stk. ca.	1 g	3 g	3 g	2 g	2,3 g	5 g	5 g	4,5 g	2 g	1 g
Energi pr. stk.	5 kJ	30 kJ	30 kJ	8 kJ	23 kJ	5,5 kJ	9 kJ	45 kJ	18 kJ	6 kJ
Kulhydrat pr. stk. ca.	0,5 g	3 g	3 g	0,7 g	2,3 g	0,3 g	0,5 g	4,6 g	2 g	0,5 g
Producent	Toms Gruppen A/S	Cadbury Stimorol Danmark	Cadbury Stimorol Danmark	Roelli roelli confectionery ag, CH-St. Gallen	COOP Norden AB	ISIS	ISIS	ACT produkter AB Sverige	LEAF	LEAF
Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)	20 stk.	3 stk.	3 stk.	14 stk.	4-5 stk.	Ingen begrænsning	20 stk.	2 stk.	5 stk.	20 stk.

Produktnavn	Mentos sugarfree	Nellie Dellies	Nellie Dellies	Nellie Dellies	OZON	OXY   DENT drops	OXY   DENT	Red Baron ®
Variationer	Lakrids Mint Frugt	Lakrids	Vingummi, Wild Berry assorteret	Vingummi, Tropical Fruit Mix	Cool Mints Euca-lyptus Mints	Lemon with herbs Black currant Liquorice with Herbs	Lakridspastiller	Eukalyptus/menthol Citron Pebermynte
Anvendte sødestoffer	Isomalt Maltitolsirup Mannitol Sorbitol Sucralose	Apartam Acesulfan K	Apartam Acesulfan K	Apartam Acesulfan K	Sorbitol Aspartam Acesulfam K	Isomalt maltitol Xylitol aspartam- acesulfamsalt	Maltitolsirup Xylitol Acesulfam K	Sorbitol Aspartam
Energi pr. 100 g	1075 kJ	300 kJ	500 kJ	500 kJ	1000 kJ	1001 kJ	1206 kJ	963 kJ
Kulhydrater pr. 100 g	83 g	10 g	17 g	17 g	97 g	99,5 g	88 g	94 g
Vægt pr. stk. ca.	2 g	2 g	2 g	3 g	0,2 g	2,5 g	1 g	1 g
Energi pr. stk.	21,5 kJ	6 kJ	10 kJ	15 kJ	2 kJ	25 kJ	12 kJ	10 kJ
Kulhydrat pr. stk. ca.	1,6 g	0,2 g	0,3 g	0,5 g	0,2 g	2,5 g	0,9 g	0,9 g
Producent	Perfetti Van Melle, Holland	Toms/ISIS	Toms/ISIS	Toms/ISIS	Toms Gruppen A/S	Back11basic	Back 1 1 basics A/S	Vivil A. Müller GMBH & co. kg
Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)	6-7 stk	Ingen begrænsning	30 stk.	20 stk.	50 stk.	4 stk.	11 stk.	11 stk.

Produktnavn	Ricola ®	Ruzz	Støvring Bolcher	Slikbutikken	Stimorol kissCOOL	Sugarfree Drops	Sukkerfri-slik.dk	Sukkerfri-slik.dk
Variationer	Hyldeblomst Blackcurrant Orange/mint Lemon/mint	Mintpastiller	Blandede - bolcher Peberbolcher	Lakridspastiller, salt	Strong mint	Orange/mint Lakritz Menthol/eucal yptus Blackcurrant	Kongen af Danmark	Lakridsbolcher m/ Propolis
Anvendte sødestoffer	Isomalt Aspartam Acesulfamkali um	Sorbitol Aspartam	Maltitol-sirup Saccharin	Maltitol Acesulfamkalium (sunett®) Xylitol	Sorbitol Aspartam	Isomalt Aspartam Acesulfam K	Sucralose	Sucralose
Energi pr. 100 g	990 kJ	987 kJ	990-1040 kJ	1220 kJ	994 kJ	980 kJ	140 kJ	110 kJ
Kulhydrater pr. 100 g	97	97,5 g	92-97 g	88 g	99 g	98 g	4,5 g	2,8 g
Vægt pr. stk. ca.	2,5 g	0,5 g	5 g	1 g	2 g	2 g	3,5 g	3,5 g
Energi pr. stk.	25 kJ	4,9 kJ	51 kJ	12 kJ	20 kJ	20 kJ	5 kJ	4 kJ
Kulhydrat pr. stk. ca.	2,5 g	0,5 g	5 g	0,9 g	2 g	2 g	0,2 g	0,1 g
Producent	Ricola AG	Back11Basics A/S	Støvring Bolcher	Coop	Stimorol	House Of Denmark A/S	Coalas - All natural products	Coalas - All natural products
Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)	4 stk.	20 stk.	2 stk.	11 stk.	5 stk.	5 stk.	Ingen begrænsning	Ingen begrænsning

<b>Produktnavn</b>	<b>Sukkerfri-slik.dk</b>	<b>Sukkerfri-slik.dk</b>	<b>Sweet Corner</b>	<b>Vicks®</b>	<b>Vivil CremeLife classic</b>	<b>Weight Watchers®</b>	<b>Werther's originale minis sugar free</b>
<b>Variationer</b>	Lakrids tabletter	Marshmallows	Lemon Halspastiller	Blue Fresh lakrits Lemon Double action	Jordbær Chokolade Pebermynte/vanilla Karamel Hindbær	Salmiak-bolcher	Klassisk Flødebolche
<b>Anvendte sødestoffer</b>	Sorbitol	Maltitol-sirup Isomalt	Isomalt Maltitol Mannitol Sorbitol Aspartam Acesulfam K	Isomalt Xylitol Acesulfam K Aspartam	Isomalt Maltitolsirup	Isomalt Acesulfam K	Isomalt
<b>Energi pr. 100 g</b>	1000 kJ	854 kJ	980 kJ	985 kJ	1073 kJ	970 kJ	1201 kJ
<b>Kulhydrater pr. 100 g</b>	99,1	75 g	98 g	96-97 g	90 g	94,2 g	87 g
<b>Vægt pr. stk. ca.</b>	2 g	3 g	1 g	3,7 g	4 g	3 g	3 g
<b>Energi pr. stk.</b>	20 kJ	26 kJ	10 kJ	36 kJ	43 kJ	29 kJ	36 kJ
<b>Kulhydrat pr. stk. ca.</b>	2 g	2,3 g	1 g	3,5 g	3,6 g	3 g	2,6 g
<b>Producent</b>	Coalas - All natural products	Coalas - All natural products	Lidl	Procter & Gamble, Tyskland	Vivil A. Müller GMBH & CO KG	Essential Lite Ltd. England	Storck
<b>Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)</b>	5 stk.	4-5 stk	10 stk.	3 stk	2-3 stk.	3 stk.	4 stk.

Produkter med mindre tilsat sukker

Produktnavn	Haribo Lite 40% mindre sukker	Musebørn 40% mindre sukker	Musebørn 40% mindre sukker	Truly Black® 30% mindre sukker	Truly Juicy® 30% mindre sukker	Truly Juicy® 30% mindre sukker	Truly Juicy® 30% mindre sukker	Truly Juicy® 30% mindre sukker	Truly Smoothy® 30% mindre sukker
Variationer	Vingummi	Lakrids	Cola- vingummi Frukt- vingummi	Sweet and salty	Berries in love	Exotic affairs	Fruity friends	Fruit toffees	Mix and match
Anvendte sødestoffer	Sukker Glukosesirup	Glukosesirup Fruktose	Glukosesirup Fruktose	Sukker Glukosesirup Maltolsirup	Sukker Glukosesirup Maltitolsirup	Sukker Glukosesirup Maltitolsirup	Glukose- Fruktosesirup Sukker Sorbitol	Sukker Isomalt	Glukosesirup Sukker Maltitol
Energi pr. 100 g	975 kJ	1420 kJ	1420 kJ	1300 kJ	1200 kJ	1200 kJ	1100 kJ	1280 kJ	1240 kJ
Kulhydrater pr. 100 g	46 g	76 g	74 g	74 g	78 g	78 g	59 g	60 g	70 g
Vægt pr. stk. ca.	4 g	1,5 g	1,7 g	3 g	3,5 g	3 g	3 g	6,5 g	3 g
Energi pr. stk.	39 kJ	21 kJ	24 kJ	39 kJ	42 kJ	36 kJ	33 kJ	83 kJ	37 kJ
Kulhydrat pr. stk. ca.	2 g	1 g	1,3 g	2 g	3 g	2,3 g	1,7 g	4 g	2 g
Producent	Haribo	Smile Factory GmbH	Smile Factory GmbH	LEAF	LEAF	LEAF	LEAF	LEAF	LEAF
Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)	5 stk	10 stk.	7-8 stk.	5 stk.	3-4 stk.	4-5 stk.	5-6 stk.	2-3 stk.	5 stk.

<b>Produktnavn</b>	<b>Truly Smoothy<sup>®</sup></b> <b>30% mindre sukker</b>	<b>Truly splashy<sup>®</sup></b> <b>30% mindre sukker</b>
<b>Variationer</b>	Party animals	Singing in the rain
<b>Anvendte sødestoffer</b>	Glukosesirup Sukker Maltitol	Glukosesirup Sukker Maltitol
<b>Energi pr. 100 g</b>	1200 kJ	1290 kJ
<b>Kulhydrater pr. 100 g</b>	68 g	72 g
<b>Vægt pr. stk. ca.</b>	5 g	5 g
<b>Energi pr. stk.</b>	60 kJ	64,5 kJ
<b>Kulhydrat pr. stk. ca.</b>	3,5 g	3,5 g
<b>Producent</b>	LEAF	LEAF
<b>Højeste daglige indtag (svarende til ca. 10 g kulhydrat)</b>	3 stk.	3 stk.