

Næringsindhold pr. 100 g / 100 ml

Kulhydrat højst Fedt højst Kostfibre mindst

| | | | |
|------------------------------|-----|-------|---|
| Frugtsaft pr. dl færdig drik | 2 g | – | – |
| Læskedrik pr. dl færdig drik | 1 g | – | – |
| Sodavand | 1 g | – | – |
| Kakaodrikke | 6 g | 0,7 g | – |

Følgende sødestoffer kan anbefales:

Aspartam (E 951), cyklammat (E 952), thaumatin (E 957), acesulfam K (E 950), neohesperidin (E 959), sakkarin (E 954), sucralose (E 955), erythritol (E 968).

Læs mere på diabetes.dk eller ring på telefon **66 12 90 06**

Næringsindhold pr. 100 g / 100 ml

Kulhydrat højst Sukkerarter højst Fedt højst Kostfibre mindst

| | | | | |
|--------------------|-----|------|-------|-----|
| Rugbrød, knækbrød | – | 5 g | 7 g | 8 g |
| Grovbrød, småbrød | – | 5 g | 7 g | 5 g |
| Morgenmadsprod. | – | 13 g | 7 g | 8 g |
| Mælk | 6 g | – | 0,7 g | – |
| Syrnede mælkeprod. | 6 g | – | 0,7 g | – |

Clausen Offset | 40.000 stk. | februar 2010

INDKØBSKORT

diabetes
foreningen



Næringsindhold pr. 100 g / 100 ml

| | Kulhydrat højst | Fedt højst | Kostfibre mindst |
|--|-----------------|------------|------------------|
| Ost | – | 17 g (30+) | – |
| – Pålæg, pålægspølser og lign. | – | 10 g | – |
| Pålægssalater, mayonnaise og remoulade | – | 5 g | – |
| Dressinger | – | 5 g | – |
| Sovse | 10 g | 5 g | – |

Næringsindhold pr. 100 g / 100 ml

| | Kulhydrat højst | Fedt højst | Kostfibre mindst |
|--|-----------------|------------|------------------|
| Kød og fjerkræ | – | 10 g | – |
| Fisk | – | – | – |
| Færdigretter | – | 5 g | – |
| Færdigretter uden ris, kartofler eller pasta | – | 10 g | – |
| Kartoffelsalat og kartoffelprodukter | – | 5 g | – |

Køb sunde mad- og drikkevarer med disse symboler

