

Milchliste

Milchprodukte nach Zuckergehalt sortiert

Produkte zum Löffeln

Milchprodukte stellen einen wertvollen Bestandteil der täglichen Ernährung dar. Milchprodukte, die die ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen erfüllen, sind dabei zu bevorzugen. Aufgrund des großen Angebots an verschiedenen Milchprodukten, in denen unterschiedliche Mengen an Zucker, Süßstoffen oder Zuckeraustauschstoffen und Fett enthalten sind, soll die Milchliste eine einfache Orientierungshilfe zur Produktauswahl bieten.

Bei der Milchliste, die vom unabhängigen vorsorgemedizinischen Institut *SIPCAN – Initiative für ein gesundes Leben* erstellt wurde, handelt es sich um einen Praxisleitfaden, der über verschiedene Milchprodukte zum Löffeln informiert. Neben dem Zucker-, Fett- und Süßstoff- bzw. Zuckeraustauschstoffgehalt bietet die Liste auch Informationen, sofern auf der jeweiligen Produktverpackung erwähnt, über den Fruchtanteil an sowie darüber, ob ein Produkt biologisch, laktosefrei oder koffeinhaltig ist. Alternativ stehen auch Informationen zu laktosefreien Produkten auf Soja- und Getreidebasis zur Verfügung. Für die Erstellung wurden bundesweit im Einzel- und Großhandel bzw. durch direkte Kontaktaufnahme mit den Milchproduktproduzenten über 1000 Produkte in Gebinden bis 750 Gramm erhoben. Die Liste richtet sich sowohl an Konsumenten als auch an Multiplikatoren und Fachpersonal.

Das vorliegende Dokument enthält alle recherchierten Produkte zum Löffeln nach Zuckergehalt geordnet. Zusätzlich zu diesem Dokument stehen auch eine Liste für Produkte zum Trinken, sowie eine Darstellung geordnet nach Alphabet als Version zum Trinken und Löffeln auf www.sipcan.at zum Download zur Verfügung.

JETZT NEU auch als Onlinesuche auf www.sipcan.at und als kostenlose App (inkl. Zucker-Challenge) für Android oder iOS (Suchbegriff „SIPCAN“ oder direkt via QR-Code).



Als Hilfestellung bei der Produktauswahl wurden folgende Orientierungskriterien festgelegt^a:

- 1) Der **Gesamtzuckergehalt^b** liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g (inkl. natürlichem Milchzucker^c)**.
- 2) Es sind **keine Süßstoffe^d und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 3) Der **Fettgehalt^e** liegt bei **max. 4,2 % (Referenz: nicht standardisierte Milch)**.

Achten Sie auf die Verpackungsgröße. Eine Portion Milchprodukt entspricht 250 ml/g.

Neben den genannten Kriterien wird empfohlen, auch auf weitere Inhaltsstoffe Rücksicht zu nehmen. Bestimmte Farbstoffe oder Koffein/Teein^f sollten gerade bei Produkten, die von Kindern konsumiert werden, nicht enthalten sein. (Anmerkung: Weiterführende Informationen zu Farbstoffen etc. finden Sie z.B. unter: www.ages.at oder www.zusatzstoffe-online.de)



Für das Angebot von Milchprodukten in Schulen gilt folgende Orientierungshilfe:

- Das Angebot beim Pausenverkauf umfasst mindestens drei Produkte zum Trinken oder Löffeln aus der Liste der idealen Milchprodukte (Liste A) oder aus der Liste jener Milchprodukte, die alle Orientierungskriterien erfüllen (Liste B).

Da die im Handel erhältlichen Produkte die Orientierungskriterien unterschiedlich erfüllen, wurden sechs verschiedene Listen erstellt, die alle entsprechenden Produkte übersichtlich zusammenfassen.

Orientierungskriterien erfüllt

- **Liste A** – (ideale Milchprodukte)
- **Liste B** – (alle Orientierungskriterien werden erfüllt)

Orientierungskriterien nicht erfüllt

- **Liste C** – (zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)
- **Liste D** – (Süßstoffe bzw. Zuckeraustauschstoffe enthalten)
- **Liste E** – (zu hoher Fettgehalt pro 100 g)

Orientierungskriterien	Liste	Gesamtzuckergehalt von max. 12 g/100 g	Keine Süßstoffe bzw. Zuckeraustauschstoffe	Gesamtfettgehalt von max. 4,2 %
erfüllt	Liste A	JA	JA	JA
	Liste B	JA	JA	JA
Nicht erfüllt	Liste C	NEIN	JA	JA
	Liste D	JA	NEIN	JA
	Liste E	JA	JA	NEIN

JA: das jeweilige Orientierungskriterium wird von allen Produkten der Liste erfüllt

NEIN: das jeweilige Orientierungskriterium wird von allen Produkten der Liste nicht erfüllt

Anhang: Liste zu alternativen Produkten



Milchprodukte im Schulmilchprogramm

Kindergärten und Schulen in ganz Österreich werden täglich von rund 100 regionalen Schulmilchbauern bzw. mehreren Molkereien/Logistikern mit Schulmilchprodukten beliefert. Um die Produkte günstig anbieten zu können, ist es für Lieferanten im Rahmen des EU-Schulmilchprogramms möglich eine Schulmilchbeihilfe zu beantragen. (Anm.: Durch eine Schulmilch-Höchstpreis Verordnung in Österreich ist sichergestellt, dass die Verbilligung durch die Beihilfe tatsächlich den Kindern zugutekommt.) Um diese Schulmilchbeihilfe beanspruchen zu können, müssen die Lieferanten verschiedene Vorgaben erfüllen, so auch hinsichtlich des Zuckergehalts. Der Gesamtzuckergehalt muss dabei unter 12 g/100 ml bzw. g (vom EU-Recht aus dürfen max. 7 % Zucker zugesetzt werden) liegen. Durch kleine Verpackungseinheiten von max. 250 ml bzw. 250 g enthält eine Portion zudem nicht mehr als 30 g Zucker. Die im Rahmen des EU-Schulmilchprogramms geförderten Produkte entsprechen somit auch den Orientierungskriterien von SIPCAN und können der Liste B des Praxisleitfadens für Milchprodukte zugeordnet werden.

Zu beachten ist jedoch, dass nicht alle im Rahmen der Schulmilchaktion angebotenen Produkte auch durch das EU-Schulmilchprogramm gefördert sind. Nur geförderte Produkte entsprechen automatisch auch den Orientierungskriterien von SIPCAN. Welche Produkte gefördert sind, ist mit dem jeweiligen Anbieter zu klären.

Die Förderabwicklung und Überprüfung der Kriterien obliegt in Österreich der Agrarmarkt Austria (Schulmilchbeihilfe). Auskunft über von der Agrarmarkt Austria zugelassene Schulmilchlieferanten sowie beihilfefähige und damit den Kriterien entsprechende Produkte kann über die Agrarmarkt Austria eingeholt werden.⁸



Hinweise

Bei der vorliegenden Liste handelt es sich um eine Momentaufnahme (Stand: März 2017). Um der Dynamik des Marktes entgegenzukommen, wird die Liste jährlich überarbeitet. Aufgrund des umfassenden Angebots im Handel ist es möglich, dass einzelne Produkte nicht aufgelistet sind. Es wird keine Verantwortung für das Fehlen etwaiger Produkte bzw. für etwaige Druckfehler übernommen. Rückmeldungen senden Sie bitte an office@sipcan.at. Alle Logos von SIPCAN sind urheberrechtlich und teilweise musterrechtlich geschützt und dürfen im geschäftlichen Verkehr nicht verwendet werden. Die Milchliste ist nur zum privaten/eigenen Gebrauch bestimmt. Die in der Liste angeführten Zuckergehalte wurden von den Nährwertangaben auf den Produkten oder direkt von den Firmenangaben übernommen. Gab es nur eine Angabe zum Kohlenhydratgehalt, so wurde diese mit dem Zuckergehalt gleichgesetzt. Diese Produkte sind in der Liste entsprechend gekennzeichnet. Wurden im Zuge der Erhebung Produkte in zwei oder mehreren Verpackungsgrößen erfasst, so wird in der Liste die kleinste Verpackungsgröße angeführt.



Erläuterungen

- ^a Die einzelnen Orientierungskriterien wurden in Zusammenarbeit mit einer ExpertInnengruppe festgelegt (siehe www.sipcan.at). Der Praxisleitfaden für Milchprodukte ist Bestandteil des Maßnahmenkataloges des Nationalen Aktionsplans Ernährung (NAP.e).
- ^b Die WHO-Empfehlung lautet, dass weniger als 10 % der täglichen Energieaufnahme aus zugesetztem Zucker (z.B. Saccharose, Glucose, Fructose sowie Zucker aus Honig, Sirup und Fruchtsäften) zugeführt werden soll.^{1,2} Betrachtet man die Empfehlungen für Kinder, so wären dies bei einem angenehmen Durchschnittswert von 2450 kcal (Richtwert für die mittlere Energiezufuhr bei 13- bis 14-jährigen Buben und Mädchen)³ circa 60 g Zucker pro Tag. Unter der weiteren Festlegung, dass über Milchprodukte maximal die Hälfte dieser täglichen Obergrenze aufgenommen werden sollte, ergibt sich ein Wert von 30 g Zucker. Bei einer Empfehlung von zwei Portionen Milchprodukten à durchschnittlich 250 ml/g pro Tag (neben einer Portion Käse) entspricht dies einem Wert von 6 g zugesetztem Zucker pro 100 ml/g. Unter Berücksichtigung eines Toleranzbereichs von 25 %, kann ein Milchprodukt maximal 7,4 g zugesetzten Zucker pro 100 ml/g beinhalten. Da Milchprodukte im Gegensatz zu Wasser bereits durchschnittlich 4,6 g natürlichen Zucker (Milchzucker/Laktose) enthalten, und es bei der überwiegenden Mehrheit der im Handel erhältlichen Produkte für die Konsumenten nicht ersichtlich ist, ob es sich um zugesetzten oder von Natur aus enthaltenen Zucker handelt, werden die beiden Werte zur Bestimmung des Orientierungswertes aufsummiert. Es ergibt sich somit ein Orientierungswert von 12,0 g Gesamtzucker pro 100 ml bzw. 100 g (entsprechend der Nährwertkennzeichnung). Da Endverbraucher ihren Konsum nachweislich an der Verpackungsgröße orientieren⁴⁻⁶, diese aber gerade bei Milchprodukten sehr unterschiedlich ist, wird speziell für handelsübliche Produkte auch ein maximaler Gesamtzucker pro Gebinde empfohlen. Ausgehend von einer durchschnittlichen Verpackungsgröße von 250 ml/g sollte eine Gesamtzucker Menge von 30 g pro Verpackungseinheit (zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker) angestrebt werden.
- ^c Milch enthält von Natur aus Zucker. Die sogenannte Laktose ist ein Zweifachzucker bestehend aus Glukose und Galaktose. Der Gehalt an Laktose unterliegt je nach Tierart oder Verarbeitungsgrad natürlichen Schwankungen. So enthält Kuhmilch 4,7-5,0 g Laktose/100 g, Schafmilch 4,2-5,0 g/100 g. Der Laktosegehalt in Joghurt schwankt zwischen 3,7 und 5,6 g/100 g. Buttermilch enthält 3,5-4,0 g/100 g und Molke 2,0-5,2 g/100 g.⁷ Aufgrund dieser Schwankungen und der fehlenden Angaben diesbezüglich auf den Produktverpackungen wurde ein durchschnittlicher Laktosegehalt von 4,6 g/100 g bzw. 100 ml berücksichtigt (siehe Erläuterung b).
- ^d Süßstoffe haben die Aufgabe Zucker zu ersetzen. Damit lassen sich zwar Kalorien einsparen, es findet aber wie bei Zucker eine Gewöhnung an eine bestimmte Süße statt.⁸ Eine Gewöhnung an einen weniger süßen Geschmack und damit eine geringere Zuckeraufnahme insgesamt wird durch den Konsum von Produkten mit sowohl künstlichen als auch natürlichen Süßstoffen nicht gefördert. Den in Lebensmitteln und Getränken zulässigen Süßstoff-Höchstmengen liegen täglich erlaubte Aufnahmemengen, sog. ADI-Werte (in mg/kg/KG), zugrunde, die von der Europäischen Agentur für Lebensmittelsicherheit (EFSA) festgelegt werden. Je höher die Gesamtaufnahme von Süßstoffen aus Getränken und Lebensmitteln desto höher wird, insbesondere bei Kindern wegen ihres geringen Körpergewichts, die Wahrscheinlichkeit der Überschreitung dieser täglich erlaubten Aufnahmemengen. In einer Übersichtsarbeit konnte außerdem für Kinder ein Zusammenhang zwischen dem Konsum von mit Süßstoff gesüßten Produkten und einer Zunahme des Körpergewichts gezeigt werden.⁹
- ^e Neben den Zuckergehalten liefert die Liste auch Informationen über den Fettgehalt pro 100 ml/g. Hierfür orientiert sich die Liste am Fettgehalt nicht standardisierter Kuhmilch, da diese als natürlicher Rohstoff für weitere Verarbeitungsschritte verwendet wird. Auf Basis ernährungswissenschaftlicher Empfehlung wird aber ausdrücklich dazu geraten sich an Produkten mit möglichst niedrigem Fettgehalt zu orientieren.
- ^f Bei einem 10-jährigen Kind (Gewicht ca. 30 kg) kann der Konsum von koffeinhaltigen Getränken wie z.B. Kaffee/Kaffee-Milchgetränke (eine Tasse enthält ca. 80 mg Koffein) zu vorübergehender Aufregung, Reizbarkeit, Nervosität und Impulsivität führen. Mit steigender Dosis (ab einer Aufnahme von ca. 100 mg Koffein) können zum Beispiel auch Angstzustände, Schlaflosigkeit und Beschwerden im Verdauungstrakt auftreten.¹⁰⁻¹²
- ^g Die Informationen zum Schulmilchprogramm wurden mit einer ExpertInnengruppe abgestimmt (siehe www.sipcan.at).

Literaturquellen

- ¹ WHO (2015): Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva: World Health Organization.
- ² FAO (2007): Scientific Update on carbohydrates in human nutrition: conclusions, European Journal of Clinical Nutrition, (61): 132-137.
- ³ D-A-CH (2008): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, Umschau/Braus, Frankfurt am Main.
- ⁴ Ellrot T (2003): Zunehmende Portionsgrößen – ein Problem für die Regulation der Nahrungsmenge. Ernährungs-Umschau, (50): 340-343.
- ⁵ Kral TV, Rolls BJ (2004): Energy density and portion size. *Physiol Behav*,(82):131-138.
- ⁶ Rolls BJ et al. (2004): Increasing the portion size of a packaged snack increases energy intake in men and women. *Appetite*, (42): 63-69.
- ⁷ Kasper H. (2009): Ernährungsmedizin und Diätetik, Urban und Fischer, München, S. 203-205.
- ⁸ ÖGE (2011): Süßstoffe, URL: <http://www.oege.at/index.php/bildung-information/ernaehrung-von-a-z/54-bildung-information/ernaehrung-von-a-z/1784-suessstoffe> (Stand: 02.2015).
- ⁹ Brown RJ, de Banate MA, Rother KI (2010): Artificial sweeteners: a syst. review of metabolic effects in youth, *Int. J. Ped. Obes.* (4):305-12.
- ¹⁰ Oddy WH, O'Sullivan TA (2009): Energy drinks for children and adolescents *BMJ*, (339):b5268.
- ¹¹ Food Information Council (2007): Koffein und Gesundheit, URL: <http://www.eufic.org/article/de/ernaehrung/funktionale-lebensmittel/artid/Koffein-Gesundheit/> (Stand: 02.2015).
- ¹² Temple JL (2009): Caffeine use in children: What we know, what we have left to learn, and why we should worry, *Neuroscience and biobehavioral reviews*, (33):793-806.

Liste A

– Ideale Milchprodukte zum Löffeln

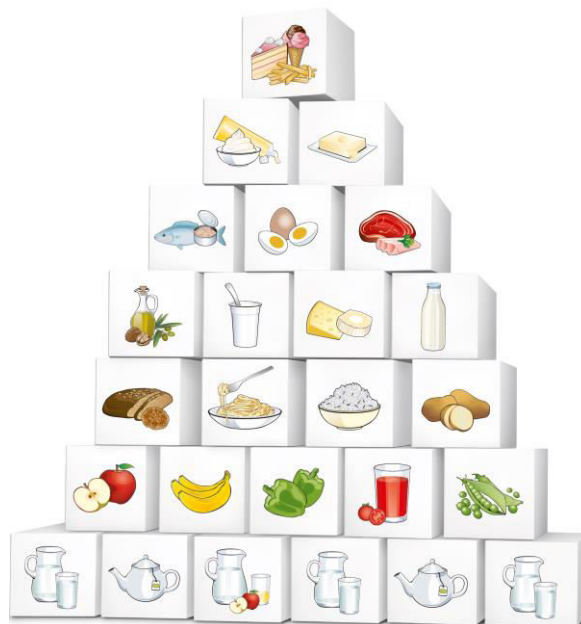
Als ideale **Milchprodukte zum Löffeln** gelten:

- **Joghurt und Topfen** (natur/ungesüßt)
- **Frucht-Joghurt** (ungesüßt/natürlich gesüßt durch Zusatz von echten Früchten)



Konsumempfehlungen allgemein

Milch und Milchprodukte bilden als wichtige Nährstofflieferanten (Eiweiß, Calcium, B-Vitamine etc.) einen wesentlichen Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung. Die Empfehlungen lauten, neben einer Portion Käse täglich 2 Portionen Milchgetränke/Joghurt, bevorzugt als fettarme Varianten, zu konsumieren. Eine Portion entspricht dabei 200 bis 250 ml bzw. g.



(www.bmg.gv.at)

Selbst zubereitete Frucht-Joghurts

Optimalerweise werden Frucht-Joghurts bzw. Frucht-Topfencremen ohne Zusatz von Zucker selbst zubereitet (natürlich gesüßt durch den Fruchtanteil). Die Einhaltung aller hygienischen Standards wird dabei in Einrichtungen zur Gemeinschaftsverpflegung (z.B. in Schulküchen/-buffets, Betriebskantinen) vorausgesetzt.

Anmerkung

Aufgrund des breiten Angebots an idealen Milchprodukten zum Löffeln (natur/ungesüßt) werden diese Produkte zusammengefasst dargestellt.

Beispiele für verschiedene Produktgruppen	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Topfen (20 % F.i.T., 250 g)	3,7
Friskäse (z.B. Cottage Cheese, Löffelkäse) (mager, 200 g)	3,8
Topfen (mager, 250 g)	4,1
Joghurt (200 g)	4,3
Ziegenjoghurt (200 g)	4,3
Joghurt (fettarm, 200 g)	4,4
Joghurt (mager, 200 g)	4,6

Hinweis: • Schafsjoghurt enthält 4,7 g Gesamtzucker auf 100 ml/g, liegt aber mit einem durchschnittlichen Fettgehalt von jeweils 5,2 g außerhalb der Orientierungskriterien.

- Nicht magere Friskäse (z.B. Cottage Cheese, Löffelkäse) enthalten 3,0 g Gesamtzucker auf 100 g, liegen aber mit einem durchschnittlichen Fettgehalt von 4,5 g (20 % Fettgehalt in der Trockenmasse (F.i.T.)) außerhalb der Orientierungskriterien.

Liste B

– Orientierungskriterien erfüllt

Orientierungskriterien:

- 1) Der **Gesamtzucker** liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g** (inkl. natürlichem Milchzucker).
- 2) Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 4) Der **Fettgehalt** liegt bei **max. 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Achten Sie auf die Verpackungsgröße. Eine Portion Milchprodukt entspricht 250 ml/g.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
HIPP Grießbrei Babykeks (bio, 3,4 g Fett pro 100 g, 100 g)	4,0
HIPP Milchbrei Grießbrei Banane (13 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 190 g)	4,6
Ja! Natürlich Müsli mit frischem Apfel (bio, 26 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 250 g)	4,9
HIPP Milchbrei Grießbrei Früchte (38 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 190 g)	5,4
Schärdinger Meine Linie Joghurt mit Chia Cerealien (laktosefrei, 1,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	5,9
Ja! Natürlich Müsli Nuss und Honig (3,4 g Fett pro 100 g, 250 g)	6,5
HIPP Guten Morgen Erdbeere in Apfel-Joghurt-Müsli (55 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g, 160 g)	7,0
Alete Grießbrei Vanille (3,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	7,8
Arla Skyr Aprikose-Sanddornbeere (10 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	8,0
HIPP Guten Morgen Früchte-Joghurt-Müsli (59 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g, 160 g)	8,1
Ländle Bio Joghurt Himbeere (bio, 15 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	8,1
HIPP Frucht & Joghurt Mango-Banane-Vanille (45 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g, 160 g)	8,3
Schärdinger Meine Linie Joghurt mit Chia Mango (laktosefrei, 12,8 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	8,4
Alete Joghurt und Erdbeere (10 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 100 g)	8,5
Alete Joghurt und Heidelbeere (10 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 60 g)	8,5
Alete Pudding Schoko (3,4 g Fett pro 100 g, 60 g)	8,5
Ländle Bio Joghurt Erdbeere (bio, 13 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	8,6
Ländle Bio Joghurt Kirsche (bio, 15 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	8,6
Söbbeke Milchreis Natur (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	8,6
Alete Joghurt und Aprikose (10 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 60 g)	8,7
Alete Pudding Vanille (3,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	8,8
Alete Grießbrei Keks (3,6 g Fett pro 100 g, 100 g)	8,9
Arla Skyr Heidelbeere-Holunder (10 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,0
Arla Skyr Himbeere-Cranberry (10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,1
Ländle Bio Joghurt Vollkornmüsli (bio, 8 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	9,3
Schärdinger Meine Linie Fruchtjoghurt Heidelbeere (laktosefrei, 14 % Frucht, 1,2 g Fett pro 100 g, 180 g)	9,4
HIPP Frucht & Joghurt Heidelbeere in Apfel (51 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g, 160 g)	9,5
Schärdinger Meine Linie Fruchtjoghurt Erdbeere (laktosefrei, 14 % Frucht, 1,2 g Fett pro 100 g, 180 g)	9,5
Alete Joghurt und Banane (10 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 100 g)	9,6
Müller Milchreis Original (2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	9,7
Arla Skyr Nordische Kirsche (10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,8
HIPP Frucht & Joghurt – Joghurt auf Früchten (31 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 160 g)	9,9
HIPP Frucht & Joghurt Erdbeere-Himbeere in Apfel (36 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g, 160 g)	9,9
HIPP Joghurt-Pause Banane-Mango-Ananas (bio, 30 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	9,9
Alete Joghurt und Birne (3,5 % Frucht, 3,4 g Fett pro 100 g, 100 g)	10,0
Ein gutes Stück Heimat Heumilch-Joghurt Marille (16 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,0
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen 1 BE Pfirsich-Maracuja (15 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 110 g)	10,0
Hofer Fri Fru Waldbeeren (7 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 200 g)	10,0

^a *Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).*

^b *Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.*

Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Leeb Vital Bio Schafjoghurt Erdbeer (bio, 11 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,0
Leeb Vital Bio Ziegenjoghurt Heidelbeer (bio, 10 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,0
Toni's Schafmilchjoghurt Määäh Erdbeere (bio, 11 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,0
Bebivita Cremiger Grießbrei Vanille-Geschmack (3,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	10,1
Hegi-Hof Schafjoghurt Himbeere (bio, 11 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,1
Bebivita Fruchtiger Joghurt Erdbeere-Himbeere in Apfel (9,6 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 100 g)	10,2
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen 1 BE Erdbeere (15 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 110 g)	10,2
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen 1 BE Kirsche (15 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 110 g)	10,2
Good Milk L.actisens Cerialien (3,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,2
Ländle Bio Joghurt Vanille (bio, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,2
Bebivita Fruchtiger Joghurt Pflirsich-Banane-Maracuja (10,6 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 100 g)	10,4
Hegi-Hof Schafjoghurt Heidelbeere (bio, 10 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,6
Spar Joghurt Greek Style Vanille (0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	10,6
Dennree Piratenspaß Aprikose / Banane /Erdbeere (bio, 6 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 50 g)	10,7
Hegi-Hof Schafjoghurt Erdbeere (bio, 20 % Frucht, 3,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,7
Danone Milchzwerge (2,9 g Fett pro 100 g, 50 g)	10,8
Humana Milchis Pudding Schoko (3,3 g Fett pro 100 g, 100 g)	10,9
Dennree Heidelbeer Joghurt mild (bio, 8 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 500 g)	11,0
Hofer zurück zum Ursprung Bewusster Genuss Apfel-Müsli-Joghurt (bio, 6,9 % Frucht, 1,1 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,0
Hofer zurück zum Ursprung Bewusster Genuss Erdbeer-Rhabarber-Joghurt (bio, 15 % Frucht, 0,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,0
jo&go Joghurtsnack Aronia-Holunder (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g,	11,0
jo&go Joghurtsnack Erdbeer-Limette (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g,	11,0
jo&go Joghurtsnack Himbeer-Melone (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g,	11,0
Kärntnermilch laktosefrei Fruchtjogurt Sauerkirsche (laktosefrei, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Leeb Vital Bio Schafjoghurt Mango (bio, 12,6 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,0
Leeb Vital Bio Schafjoghurt Marille (bio, 9,7 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,0
Lembach Besser Bio Fruchtjoghurt Erdbeere (bio, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Milfina Joghurtspaß Joghurt gesüßt (3,9 g Fett pro 100 g, 135 g)	11,0
Müller Milchreis Vanilla (2,5 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,0
Natürlich für uns Bio Fruchtjoghurt Heidelbeere (bio, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,0
Spar free from Fruchtjoghurt Sauerkirsche (laktosefrei, 7 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Spar Joghurt Greek Style Heidelbeer (11 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Andechser Natur Bio Joghurt „Klein & Fein“ im Glas Mango-Vanille (bio, 15 % Frucht, 3,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,1
Humana Milchis Grieß Vanille (3,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,1
Nöm fru fru Kirsche (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,1
HIPP Joghurt-Pause Himbeere in Apfel-Banane (bio, 30 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,2
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Heidelbeer (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,2
Nöm I-free Fruchtjoghurt Erdbeere (laktosefrei, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,2
Hegi-Hof Schafjoghurt Marille (bio, 20 % Frucht, 3,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,3
Spar S-Budget Pudding Schokolade (2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,3
Berchtesgadener Land Bio Vanillequark (bio, 2,4 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,4
Molkerei Biedermann Bio Joghurt laktosefrei Vanille (bio, laktosefrei, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,4
Swiss Premium Bio Joghurt laktosefrei Vanille (bio, laktosefrei, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,4
Fage Total 2 % mit Blaubeere (8 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g, 170 g)	11,5
Ländle Joghurt Erdbeere (7,6 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,5
Minus L Milchpudding Vanille (laktosefrei, 3,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,5

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Andechser Natur Bio Fruchtquark Himbeere (bio, 9 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,6
Andechser Natur Demeter Joghurt mild Holunderblüte (bio, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	11,6
Berchtesgadener Land Bioghurt Vanille laktosefrei (bio, laktosefrei, 14 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,6
Dennree Vanille Joghurt mild (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	11,6
Ländle Joghurt Ananas-Orange (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,6
Andechser Natur Bio Fruchtquark Zitrone (bio, 7 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,8
Andechser Natur Bio Joghurt mild Kirsche (bio, 9 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,8
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Heidelbeeren (bio, 8 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,8
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Sauerkirschen (bio, 11 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,8
Hegi-Hof Schafjoghurt Dirndl-Zwetschke (bio, 20 % Frucht, 3,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,8
Humana Milchis Grieß Keks (3,4 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,8
Ländle Joghurt Banane (7 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,8
Lembach Besser Bio Fruchtjoghurt Himbeere (bio, 7 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,8
Minus L Joghurt Erdbeere (laktosefrei, 8,9 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,8
Nöm fru fru wie damals Marille (7 % Frucht, 3,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,8
Spar Natur Pur Bio Joghurt Mango-Zitronengras (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,8
elite Joghurt Crisp Joghurt & Knuspermüsli (4,2 g Fett pro 100 g, 175 g)	11,9
Ländle Joghurt Himbeere (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,9
Ländle Joghurt Kirsche (7 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,9
Ländle Joghurt Waldbeeren (7 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,9
Milbona Mixed Berries Yoghurt (11,9 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	11,9
Minus L Joghurt Pfirsich-Maracuja (laktosefrei, 9,6 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,9
Nöm fru fru Waldbeere (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,9
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Waldfrüchte (bio, 9 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Billa Topfencreme Erdbeer (10 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,0
clever Pudding Schoko mit Sahne (2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
clever Pudding Vanille mit Sahne (3,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Danone Activia Heidelbeere (5 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,0
Dennree Himbeer Joghurt mild (bio, 8 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0
Dennree Mango-Pfirsich Joghurt mild (bio, 8 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0
Dr. Oetker Paula Grieß-Pudding mit Schoko-Flecken (4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Dr. Oetker Paula Pudding Vanillegeschmack mit Erdbeer-Pudding-Flecken (3,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Ein gutes Stück Heimat Heumilch-Joghurt Erdbeere (8,5 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,0
Hofer Fri Fru Erdbeere (7 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Erdbeer (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 400 g)	12,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Apfel-Birne-Vielkorn (bio, 13,2 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Mango (bio, 13,4 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Kaskistl Bio Schafjoghurt Himbeere (bio, 4,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0 ^b
Landliebe Joghurt Aprikose (10 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0
Landliebe Joghurt auf Frucht Erdbeeren (12 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Joghurt auf Frucht Kirschen (11 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Joghurt Erdbeeren (11 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0
Landliebe Joghurt Kirsche (10 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Laktosefrei Joghurt auf Erdbeeren (laktosefrei, 12 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Laktosefrei Joghurt auf Kirschen (laktosefrei, 11 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Leeb Vital Bio Ziegenjoghurt Mango (bio, 12,6 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Leeb Vital Bio Ziegenjoghurt Vanille (bio, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Lembach Besser Bio Fruchtjoghurt Heidelbeere (bio, 7 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Lembach Besser Bio Fruchtjoghurt Marille/Aprikose (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Lembach Besser Bio Fruchtjoghurt Weichsel/Sauerkirsche (bio, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Lembach Besser Bio Joghurt Bircher Müsli (bio, 7 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Lembach Besser Bio Joghurt Vanille (bio, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Milchhof Sterzing Joghurt Haselnuss (3,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Milchhof Sterzing Joghurt Heidelbeere (15 % Frucht, 3,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Milchhof Sterzing Joghurt Kokosnuss (3,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Milchhof Sterzing Joghurt Zitrone (3,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Milfina Joghurt Himbeere (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,0
Milfina Sahnedessert Schoko (2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Milfina Sahnedessert Vanille (3,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Müller Milchreis Erdbeer (2,1 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Natürlich für uns Bio Fruchtjoghurt Erdbeere (bio, 14,4 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Puddis MilchPudding Vanilla mit Schokosoße (2,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Cocktail (alkoholfrei, 9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Erdbeer (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Heidelbeer (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Himbeer (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Kirsch (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Marille (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Pfirsich Melba (10,8 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Waldbeer (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Zweisamkeit Naturjoghurt auf Erdbeeren & Himbeeren (10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Schärdinger Jogurella Zweisamkeit Naturjoghurt auf Pfirsich & Marille (11 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Schärdinger Knusper Traum Himbeer-Kirsche (10,8 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Sennerstolz Bio Jogurt Erdbeer (2,6 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Sennerstolz Bio Jogurt Johannisbeere (2,6 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Söbbeke Joghurt mild Erdbeere (bio, 10 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Söbbeke Milchreis Kirsche (bio, 9,5 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Söbbeke Milchreis Rhabarber-Vanille (bio, 10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Spar Fruchtjoghurt Erdbeer (10,1 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0
Spar Natur Pur Bio Joghurt aus Wiesenmilch Erdbeer (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 400 g)	12,0
Spar Natur Pur Bio Joghurt aus Wiesenmilch Heidelbeer-Cassis (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 400 g)	12,0
Spar Natur Pur Bio Joghurt Erdbeer-Rhabarber (bio, 12 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Spar Natur Pur Biojoghurt aus Wiesenmilch Himbeer (bio, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0
Spar S-Budget Pudding Vanille (2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Liste C

– Orientierungskriterien nicht erfüllt Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g

Orientierungskriterien:

- 1) Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei **über 12 g/100 ml bzw. 100 g** (inkl. natürlichem Milchzucker).
- 2) Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 4) Der **Fettgehalt** liegt bei **max. 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Achten Sie auf die Verpackungsgröße. Eine Portion Milchprodukt entspricht 250 ml/g.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Andechser Natur Bio Fruchtquark Pfirsich-Mango-Maracuja (bio, 12 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,1
Andechser Natur Demeter Joghurt mild Schwarze Johannisbeere (bio, 11 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,1
Lembach Besser Bio Fruchtjoghurt Mango & Maracuja (bio, 9 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,1
Milbona Fruchtjoghurt Erdbeere (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,1
Söbbeke „Der Cremige“ Kokos (bio, 3,5 % Frucht, 7,5 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	12,1
Berchtesgadener Land Bio Fruchtquark Heidelbeere (bio, 11 % Frucht, 2,3 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,2
Berchtesgadener Land Bioghurt Himbeere laktosefrei (bio, laktosefrei, 16 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,2
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Vanille (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,2
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Erdbeer (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,2
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Erdbeer (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 400 g)	12,2
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Erdbeere (bio, 10 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,2
Söbbeke Vanille Pudding (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,2
Andechser Natur Bio-Rahmjoghurt mild Mango-Vanille (bio, 6 % Frucht, 8,1 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	12,3
Andechser Natur Bio-Rahmjoghurt mild Stracciatella (bio, 9,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	12,3
Söbbeke Milchreis Zimt (bio, 2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,3
Andechser Natur Bio Joghurt mild sizilianische Orange (bio, 11 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,4
Bauer Der kleine Bauer Heidelbeere Cassis (2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,4
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Aprikose (bio, 11 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,4
Exquisa Quark Genuss Pfirsich-Maracuja (0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,4
Kaskistl Bio Schafjoghurt Vanille (bio, 4,4 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	12,4 ^b
Söbbeke Joghurt Sanddorn-Orange (bio, 8 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,4
Zillertaler Marillenjoghurt (8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,4
Bauer Der kleine Bauer Erdbeere (3,0 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,5
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Mango-Pfirsich (bio, 8 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,5
Danone Activia Marille (9 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,5
Milbona Fruchtjoghurt Kirsche (11 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,5
Müller Milchreis Himbeer (10,3 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,5
Müller Milchreis Schoko (2,5 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,5
Müller Milchreis Typ Pistazie (2,4 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,5 ^b
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Kirsche (bio, 9 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,5
Söbbeke Sahnekefir auf Pflaume-Walnuss (bio, 9 % Frucht, 8,5 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	12,5
Andechser Natur Bio Fruchtquark Vanille (bio, 3,4 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,6
Berchtesgadener Land Frucht-Bioghurt Himbeeren (bio, 8 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,6
Danone Activia Beerenmix (8 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,6
Danone Activia Müsli (2 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,6
Danone FruchtZwerge Banane-Erdbeer-Aprikose (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 50 g)	12,6

^a *Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).*

^b *Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.*

^d *Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.*

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Danone FruchtZwerge Erdbeere-Banane-Pfirsich/Birne (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 50 g)	12,6
Exquisa Quark Genuss Kirsche (0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,6
Molkerei Biedermann Bio Jo-Pro Mango (bio 10 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 135 g)	12,6
Nöm Mix Fruchtjoghurt Erdbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,6
Söbbeke Joghurt mild Mango Vanille (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,6
Zott Monte Grieß (11,0 g Fett pro 100 g, 55 g) ^d	12,6
Andechser Natur Bio Fruchtquark Erdbeere (bio, 15 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 450 g)	12,7
Andechser Natur Bio-Sahnepudding Schokolade (bio, 8,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	12,7
Bauer fettarmer Joghurt mild Pfirsich Banane (6 % Frucht, 1,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,7
Danone FruchtZwerge Duo Erdbeere-Banane (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 95 g)	12,7
Danone FruchtZwerge Erdbeere-Kirsche-Himbeere (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 50 g)	12,7
Milbona Joghurt Heidelbeere (12,6 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 175 g)	12,7
Müller Doppeldecker Schokopudding mit Vanillasauce (2,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,7
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Schoko Müsli (5,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	12,7 ^b
Müller Milchreis mit knackiger Zucker-Zimt Mischung (2,5 g Fett pro 100 g, 207 g)	12,7
Müller Milchreis Zimt (2,4 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,7
Nöm fru fru wie damals Erdbeere (7 % Frucht, 3,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,7
Nöm Mix Fruchtjoghurt Waldbeere (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,7
Söbbeke „Der Cremige“ Orange (bio 4,5 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	12,7
Danone Activia Erdbeere (8 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,8
Danone Activia Fusion Erdbeere-Cranberry (8 % Frucht, 3,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,8
Danone Activia Himbeere (8 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,8
Milbona Apricot Yoghurt (12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,8
Milbona fettarmer Joghurt Waldfrucht (12% Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g, 250 g)	12,8
Milbona Selection Sahne-Pudding Bourbon Vanille (8,7 g Fett pro 100 g, 400 g) ^d	12,8
Milbona Selection Sahne-Pudding Vollmilchschokolade (9,2 g Fett pro 100 g, 400 g) ^d	12,8
Nöm fru fru Erdbeer (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,8
Söbbeke Joghurt Blaubeere-Cassis (bio, 7,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,8
Söbbeke Joghurt mild Blaubeere (bio, 7 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,8
Berchtesgadener Land Alpenzwerge Banane (bio, 9 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,9
Berchtesgadener Land Alpenzwerge Erdbeere (bio, 9 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,9
Berchtesgadener Land Alpenzwerge Vanille (bio, 19 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,9
Berchtesgadener Land Bio Fruchtquark Erdbeere (bio, 11 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,9
Danone Activia Ananas (8 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,9
Danone Activia Cerealien (2 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,9
Danone Activia Dörrpflaume (3 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	12,9
Danone Star Wars Erdbeer (4,6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,9
Milbona Minis Erdbeere Joghurt mild (10 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,9
Nöm Mix Fruchtjoghurt Maracuja (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,9
Söbbeke „Der Cremige“ Himbeere (bio, 6 % Frucht, 5,8 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	12,9
Tirol Milch Tiroler Heidelbeer Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,9
Alpengut Erdbeer Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Alpengut Heidelbeer Joghurt (9,4 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Alpengut Himbeer Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Alpengut Kirsche Joghurt (9 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Alpengut Marillen Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Alpengut Waldbeer Joghurt (9,3 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Andechser Natur Bio Joghurt mild Kokos (bio, 5,4 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,0
Andechser Natur Bio Jogurt mild Pfirsich-Maracuja (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Andechser Natur Bio Sahnekefir Mango-Vanille (bio, 6 % Frucht, 8,1 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Andechser Natur Demeter Joghurt mild Orange-Zitrone (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Danone Activia Kirsche (8 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 120 g)	13,0
Danone FruchtZwerge Maxi Erdbeere-Aprikose (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,0
Dr. Oetker Paula Pudding minis Pudding Vanillegeschmack mit Schoko-Flecken (3,9 g Fett pro 100 g, 50 g)	13,0
Dr. Oetker Paula Pudding minis Schokoladen-Pudding mit Vanillegeschmack-Flecken (3,9 g Fett pro 100 g, 50 g)	13,0
Dr. Oetker Paula Pudding Schokoladen-Pudding mit Vanillegeschmack-Flecken (3,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Dr. Oetker Paula Pudding Typ Stracciatella mit Schoko-Flecken (3,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Dr. Oetker Paula Pudding Vanillegeschmack mit Schoko-Flecken (3,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Dr. Oetker Pudding & Soße Schokolade mit Bourbon-Vanillesoße (3,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Dr. Oetker Pudding Marmorette Schoko (8,7 g Fett pro 100 g, 100 g) ^d	13,0
Ehrmann Grand Dessert Vanille (4,7 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	13,0
Ein gutes Stück Heimat BIO Fruchtjoghurt Erdbeere (12 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ein gutes Stück Heimat BIO Fruchtjoghurt Heidelbeere (11,5 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ein gutes Stück Heimat BIO Fruchtjoghurt Marille (12 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
elite Fruchtjoghurt Aprikose (12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Emmi Griess Töpfli Classic (4,0 g Fett pro 100 g, 175 g)	13,0
Hofer Fri Fru Heidelbeere (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Erdbeer-Dirndl (bio, 12,5% Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Heidelbeer (bio, 11,5% Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Wechsel-Mohn (bio, 10,7% Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Zwetschke-Zimt (bio, 11 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Humana Milchis Joghurtspeise Erdbeere (5 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Erdbeer (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Erdbeere (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Heidelbeer (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Heidelbeer-Brombeer (bio, 12,4 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Himbeer (bio, 10,5 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Marille (bio, 13 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Waldfrucht (bio, 10,8 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Zwetschke Zimt (bio 9 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Kärntnermilch Bio-Fruchtjogurt Erdbeer-Minze (bio, 8,2 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Kärntnermilch Bio-Fruchtjogurt Marille-Rosmarin (bio, 8 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Kärntnermilch laktosefrei Fruchtjogurt Vanille (laktosefrei, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Kaskistl Schafjoghurt Pfirsich-Maracuja (bio, 8 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0 ^b
Landessa Topfencreme Erdbeere (4,0 g Fett pro 100 g, 450 g)	13,0
Landliebe Grießpudding Schokolade (6,0 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Landliebe Joghurt auf Heidelbeeren (9 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Landliebe Joghurt auf Himbeeren (15 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Landliebe Joghurt echte Vanille (3,3 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Landliebe Joghurt Heidelbeere (3,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Landliebe Laktosefrei Joghurt auf Himbeeren (laktosefrei, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Landliebe Laktosefrei Joghurt auf Pfirsich-Maracuja (laktosefrei, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Landliebe Laktosefrei Joghurt Erdbeere (laktosefrei, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Landliebe Laktosefrei Sahnepudding Schokolade (laktosefrei, 8,3 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Landliebe Milchreis Apfel (9 % Frucht, 4,9 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Milbona fettarmer Joghurt Ananas (12 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	13,0
Milbona Fruchtjoghurt Ananas (11 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Milbona Fruchtjoghurt Pfirsich (11 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Milbona Monteravy Schoko-Haselnuss (13,0 g Fett pro 100 g, 100 g) ^d	13,0
Milchkanne Fruchtjoghurt Erdbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Milfina Creme Joghurt Kokos-Schoko (10,6 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Milfina Creme Joghurt Schoko-Banane (6 % Frucht, 9,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Milfina Enjoy free! Joghurt Vanille (2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Milfina Flecki Pudding Vanillegeschmack mit Erdbeer-Puddingflecken (2,4 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Milfina Flecki Pudding Vanillegeschmack mit Flecken (3,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Milfina Flecki Schokoladen-Pudding mit Flecken (3,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Milfina Fruit Milfinis (Banane, Erdbeer, Marille) (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 60 g)	13,0
Milfina Joghurt Banane (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Milfina Joghurtspaß Vanille (4,5 g Fett pro 100 g, 135 g) ^d	13,0
Milfina Sahnepudding Bourbon-Vanille (8,7 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,0
Milfina Sahnepudding Schokolade (9,2 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,0
Natürlich für uns Bio Fruchtjoghurt Marille-Pfirsich (bio, 10,5 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Natürlich für uns Bio Fruchtjoghurt Müsli (bio, 10 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Natürlich für uns Bio Fruchtjoghurt Vanille (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Nöm fru fru Heidelbeere (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Nöm Mix Fruchtjoghurt Mango (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Bircher Müsli Joghurt (7 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Erdbeer Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Heidelbeere Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Himbeer Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Kaffee Joghurt (2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Kirsch Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Pfirsich-Maracuja Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Waldbeere Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
SalzburgMilch Zitrone-Limette Joghurt (3,6 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Schärdinger Joghurt Erdbeertraum (10 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,0
Schärdinger Jogurella Zweisamkeit Naturjoghurt auf Heidelbeeren & Johannisbeeren (10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Schärdinger Knusper Traum Apfel-Banane (4,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Sennerstolz Bio Jogurt Pfirsich (2,6 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Blaubeere Cassis (bio, 7,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Himbeere (bio, 6 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Söbbeke Joghurt Waldfrucht aus feiner Beerenmousse (bio, 14 % Frucht, 5,7 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,0
Spar Fleckolino Schokopudding (3,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,0
Spar free from Fruchtojoghurt Müsli-Frucht-Joghurt (laktosefrei, 8 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Spar free from Vanillejoghurt (laktosefrei, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,0
Spar Frubi Doo Banane- Erdbeer-Marille (6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 60 g)	13,0
Spar Fruchtojoghurt Ananas Mango (10,1 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Spar Fruchtojoghurt Banane Orange (10,1 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Spar Fruchtojoghurt Heidelbeer (10,1 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Spar Joghurt Vanille (2,6 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,0
Spar Natur Pur Bio Joghurt aus Wiesenmilch Mango-Maracuja (bio, 12 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,0
Spar Natur Pur Bio Joghurt Birne-Walnuss (bio, 11 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Spar Natur Pur Biojoghurt aus Wiesenmilch Müsli (bio, 9 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Spar Natur Pur Biojoghurt aus Wiesenmilch Pfirsich Marille (bio, 11 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Spar Natur Pur Biojoghurt aus Wiesenmilch Vanille (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Spar Natur pur Biojoghurt Brombeer-Lavendel (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,0
Spar S-Budget Cremejoghurt Banane mit Schokosplits (3,1 % Frucht, 9,6 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Spar S-Budget Cremejoghurt Exotic (7,7 % Frucht, 8,3 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,0
Spar S-Budget Fruchtojoghurt Erdbeer (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Spar S-Budget Fruchtojoghurt Heidelbeer (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Spar S-Budget Fruchtojoghurt Kirsche (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Tirol Milch Tiroler Himbeer Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Tirol Milch Tiroler Waldbeer Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,0
Andechser Natur Bio Jogurt mild auf Frucht Pfirsich-Maracuja (bio, 8 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,1
Andechser Natur Bio Jogurt mild Herzkirsche (bio, 9 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,1
Andechser Natur Bio Jogurt mild Himbeere (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,1
Andechser Natur Die kleinen Bio-Jogurts Himbeere (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,1
Danone Activia Fusion Mango-Maracuja (8 % Frucht, 3,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,1
Heirler Bio Joghurt mild Vanille (bio, laktosefrei, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,1
Kärntnermilch Bio+ Fruchtojoghurt Marille/Pfirsich (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,1
Kärntnermilch Bio+ Fruchtojoghurt Marille/Pfirsich (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,1
Müller Milchreis Apfel (2,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,1
Müller Milchreis Kirsche (2,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,1
Penny Milchkanne Familienjoghurt Pfirsich-Marille (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 120 g)	13,1
Tirol Milch Tiroler Pfirsich-Melba Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,1
Andechser Natur Bio Joghurt „Klein & Fein“ im Glas Himbeere (bio, 10 % Frucht, 3,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,2
Danone Activia Vanille (2,8 g Fett pro 100 g, 120 g)	13,2
Ländle Pudding Vanille (8,9 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,2
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Brombeere-Holunder (bio, 8,5 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,2
Söbbeke Sahnekefir auf Pfirsich-Maracuja (bio 9,5 % Frucht, 7,8 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	13,2
Zott Sahne Joghurt Caramel (9,0 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	13,2
Andechser Natur Bio Joghurt „Klein & Fein“ im Glas Heidelbeere (bio, 8 % Frucht, 3,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,3
Andechser Natur Bio Sahnejoghurt griechischer Art mit Honig & Pecannuss (bio, 8,9 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	13,3
Berchtesgadener Land Alpenzweg Himbeere (bio, 10 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,3

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Heirler Bio Joghurt mild Himbeere (bio, laktosefrei, 8 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,3
Minus L Joghurt Himbeere (laktosefrei, 8,2 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,3
Müller Milchreis à la gebrannte Mandel (2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,3
Nöm fru fru Kaffee (koffeinhaltig, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,3
Nöm Mix Fruchtjoghurt Kirsche (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,3
Söbbeke „Der Cremige“ Maracuja (bio, 5 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,3
Söbbeke Grießpudding Himbeere (bio, 12 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,3
Tirol Milch Tiroler Erdbeer Joghurt (9 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,3
Zillertaler Vanillejoghurt (3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,3
Andechser Natur Bio Cremejoghurt mild Milchsokolade (bio, 8,0 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,4
Andechser Natur Bio Cremejoghurt mild Stracciatella (bio, 7,8 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,4
Andechser Natur Bio Jogurt mild Himbeere-Holunder (bio, 7 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,4
Andechser Natur Joghurt mild Himbeere-Holunder (bio, 7 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,4
Clever Fruchtjoghurt Erdbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,4
Clever Fruchtjoghurt Erdbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,4
Danone Star Wars Vanille (2,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,4
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Müsli (bio, 11,5 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,4
Milbona fettarmer Joghurt Himbeer (12 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	13,4
Minus L Joghurt Kirsche (laktosefrei, 8,3 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,4
Molkerei Biedermann Bio Joghurt lactosefrei Himbeere (bio, laktosefrei, 9 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,4
Molkerei Biedermann Bio Jo-Pro Heidelbeere (bio, 9,2 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g, 135 g)	13,4
Mövenpick Feinjoghurt Limette-Mandarine (14 % Frucht, 10,0 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,4
Müller Joghurt mit der Ecke Griechischer Art Erdbeere (6,1 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	13,4
Nöm To Go Erdbeere Beerenmüslis (11,4 % Frucht, 3,8 g Fett pro 100 g, 165 g)	13,4
Söbbeke Genießer Joghurt Erdbeere (bio, 12 % Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	13,4
Söbbeke Genießer Joghurt Himbeere (bio, 7 % Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	13,4
Swiss Premium Bio Joghurt laktosefrei Himbeer (bio, laktosefrei, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,4
Zott Sahne Joghurt Erdbeer-Vanille (18 % Frucht, 8,3 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	13,4
Zott Sahne Joghurt Orange-Mango (18 % Frucht, 8,3 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	13,4
Zott Sahne Joghurt Zitrone (18 % Frucht, 8,3 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	13,4
Andechser Natur Bio Jogurt mild Erdbeere (bio, 15 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,5
Andechser Natur Bio Jogurt mild Tonkabohne (bio, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,5
Berchtesgadener Land Bio Fruchtquark Pfirsich-Maracuja (bio, 11 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,5
Berchtesgadener Land Frucht-Biojoghurt Erdbeere (bio, 11 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,5
Danone Disney Joghurt Erdbeer/Banane (3,5 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 120 g)	13,5
Danone Disney Joghurt Vanille/Kirsche (3,5 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 120 g)	13,5
Ehrmann Almighurt Himbeere (19 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,5
Ehrmann Almighurt Kirsch-Banane (19 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,5
elite Pudding Bourbon-Vanille & Sahne (4,1 g Fett pro 100 g, 115 g)	13,5
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Banane/Müsli (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,5
Milbona Dessert mit Sahne Vanille (2,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,5
Milbona Joghurt Kirsche (11,4 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 175 g)	13,5
Minus L Joghurt Vanille (laktosefrei, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,5
Nöm I-free Fruchtjoghurt Vanille (laktosefrei, 1,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,5

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Söbbeke Joghurt Rhabarber-Vanille (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,5
Zillertaler Heidelbeerjoghurt (7,2 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,5
Andechser Natur Bio Bircher-Müsli (bio, 27,4 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,6
Andechser Natur Bio Joghurt auf Frucht Mango-Vanille (bio, 6 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,6
Andechser Natur Bio Jogurt mild Blaubeere-Cassis (bio, 9 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,6
Andechser Natur Demeter Jogurt mild Rosenblüte (bio, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,6
Ländle Joghurt Haselnuss (5,7 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	13,6
Milbona Fruit Yogurt Peach & Passion Fruit (12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,6
Milbona Minis Kirsche Joghurt mild (7,5 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,6
Molkerei Biedermann Bio Joghurt lactosefrei Mango (bio, laktosefrei, 6 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,6
Nöm Mix Fruchtjoghurt Himbeere (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,6
Schärdinger Jogurella Dessertjoghurt Vanille (5,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,6
Söbbeke „Der Cremige“ Zitrone (bio, 4,5 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	13,6
Stainzer Joghurt Vanille (5,8 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	13,6 ^b
Zott Sahne Joghurt Amarena-Kirsch (18 % Frucht, 7,9 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,6
Zott Sahne Joghurt Erdbeer (18 % Frucht, 7,9 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,6
Bauer fettarmer Joghurt mild Erdbeere (6 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,7
Danone Bounty Joghurt (10,1 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	13,7
Danone Dany Sahne Vanille (5,7 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	13,7
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Birne/Feige (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,7
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Zitrone (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,7
Milbona Safari Vanille-Pudding (3,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,7
Müller Joghurt mit der Buttermilch Vanille (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,7 ^b
Nöm Mix Fruchtjoghurt Marille (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,7
Schärdinger Desserta Frisch Mix Vanille (4,1 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,7
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Beerenmix (bio, 10,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,7
Zott Monte (13,3 g Fett pro 100 g, 55 g) ^d	13,7
Zott Monte Crunchy (13,3 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	13,7
Zott Sahne Joghurt Mandel (9,0 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	13,7
Andechser Natur Bio Jogurt mild Vanille (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,8
Andechser Natur Die kleinen Bio-Jogurts Vanille (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,8
Bauer Der kleine Bauer Pfirsich Maracuja (2,4 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,8
Danone Dany Sahne Crème Vanilla (4,9 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	13,8
Danone Topfencreme Erdbeere (9 % Erdbeeren, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,8
Heirler Bio Joghurt mild Erdbeere (bio, laktosefrei, 6,4 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,8
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Vanille (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,8
Kärntnermilch Bio+ Fruchtjoghurt Vanille (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,8
Ländle Joghurt Vollkornmüsli (5 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,8
Ländle Joghurt Vollkornmüsli (5 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,8
Milbona Minis Pfirsich-Maracuja Joghurt mild (6,9 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,8
Milbona Sahne Joghurt mild Waldfrucht (9,5 % Frucht, 7,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,8
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Erdbeere (11,5 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,8 ^b
Nöm fru fru Himbeer (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,8
Söbbeke Joghurt mild Pfirsich Maracuja (bio, 9,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,8

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Söbbeke Joghurt mild Vanille (bio, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,8
Zillertaler Erdbeeryoghurt (8,5 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,8
Andechser Natur Bio Fruchtquark Mango-Vanille (bio, 7 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 450 g)	13,9
Andechser Natur Bio Joghurt mild Orange-Gojibeere (bio, 8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,9
Andechser Natur Bio Jogurt mild Latte Macchiato (koffeinhaltig, bio, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,9
Andechser Natur Bio Jogurt mild Mango (bio, 6 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,9
Clever Fruchtjoghurt Heidelbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,9
Clever Fruchtjoghurt Heidelbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	13,9
Danone Disney Joghurt Erdbeere/Himbeere (9,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,9
Danone Disney Joghurt Pfirsich-Maracuja/Vanille (2,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	13,9
elite Pudding-Duo & Sahne Schoko & Bourbon-Vanille Pudding (4,2 g Fett pro 100 g, 115 g)	13,9
Kaskistl Bio Schafjoghurt Heidelbeere (bio, 3,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,9 ^b
Milbona Sahne Joghurt mild Aprikose (9,5 % Frucht, 7,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	13,9
Minus L Milchpudding Schokolade (laktosefrei, 5,2 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	13,9
Müller Joghurt mit der Buttermilch Apfel-Kiwi (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,9 ^b
Müller Joghurt mit der Buttermilch Himbeere (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	13,9 ^b
Müller Joghurt mit der Ecke Griechischer Art Typ Zitronen-Knusper (9,6 g Fett pro 100 g, 113 g) ^d	13,9
Nöm fru fru Mango (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 200 g)	13,9
Nöm Mix Fruchtjoghurt Heidelbeere (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	13,9
Alpengut Vanille Joghurt (2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Andechser Natur Bio Joghurt mild Hagebutte-Cranberry (bio, 8 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,0
Andechser Natur Bio Joghurt mild Vanille (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 400 g)	14,0
Andechser Natur Bio Jogurt auf Frucht Heidelbeere-Cassis (bio, 9 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Andechser Natur Bio Jogurt mild Heidelbeere-Cassis (bio, 11 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,0
Andechser Natur Demeter Jogurt mild Mango (bio, 9 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,0
Clever Familienjoghurt Birne-Banane / Erdbeer-Himbeer / Pfirsich-Marille (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 120 g)	14,0
Danone Dany Sahne Creme Duett Schoko-Vanille (6,3 g Fett pro 100 g, 115 g) ^d	14,0
Dr. Oetker Pudding & Soße Kokos-Mandel-Geschmack mit Bourbon-Vanillesoße (3,4 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,0
Dr. Oetker Pudding & Soße Toffee Geschmack mit Bourbon-Vanillesoße (4,3 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,0
Dr. Oetker Pudding Marmorette dunkle Schokolade (8,7 g Fett pro 100 g, 100 g) ^d	14,0
Ehrmann Grand Dessert Schoko (4,9 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	14,0
Ein gutes Stück Heimat Bio Fruchtjoghurt Apfel Müsli (bio, 9,5 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Ein gutes Stück Heimat BIO Fruchtjoghurt Himbeere (12 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Ein gutes Stück Heimat Bio Fruchtjoghurt Johannisbeere (bio, 10 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Ein gutes Stück Heimat Bio Fruchtjoghurt Kirsche (bio, 10 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Ein gutes Stück Heimat Bio Fruchtjoghurt Pfirsich-Marille (bio, 12 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
elite Fruchtjoghurt Erdbeere (12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,0
elite Fruchtjoghurt Pfirsich mit Maracuja (12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,0
Emmi Aloe Vera Sensitive Jogurt (1,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,0
Emmi Swiss Müsli Classic (30 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,0
Exquisa Quark Genuss Erdbeere (0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,0
Fromage Frais & Fruit Cherry (12 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,0
Fromage Frais & Fruit Peach & Passion Fruit (12 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,0
Fromage Frais & Fruit Raspberry (12 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,0

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Hofer zurück zum Ursprung Bewusster Genuss Traube-Feige-Joghurt (bio, 12 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Frisch & Fruchtig gerührte Sauer Milch Himbeer bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Frisch & Fruchtig gerührte Sauer Milch Erdbeer-Rhabarber (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Frisch & Fruchtig gerührte Sauer Milch Heidelbeer (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Himbeer (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 400 g)	14,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Joghurt Vanille (bio, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Passionsfrucht-Aronia (bio, 7,9 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Jeden Tag Joghurt Vanille (2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Jeden Tag Joghurt Erdbeere (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Jeden Tag Joghurt Heidelbeere (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Landliebe Grießpudding mit Erdbeeren (16,4 % Frucht, 4,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,0
Landliebe Grießpudding mit Himbeeren (16,4 % Frucht, 4,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,0
Landliebe Grießpudding mit Kirschen (15,6 % Frucht, 4,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,0
Landliebe Laktosefrei Joghurt Vanille (laktosefrei, 3,3 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,0
Landliebe Sahnepudding Schokolade (8,1 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,0
Landliebe Sahnepudding Schokolade (8,1 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,0
Landliebe Sahnepudding Schokolade (8,1 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	14,0
Milbona Sahne-Pudding Schoko (8,5 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,0
Milchkanne Fruchtjoghurt Heidelbeere (11 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Milchkanne Fruchtjoghurt Waldbeere (11% Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Milchkanne Joghurt Schoko-Banane (7,5 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	14,0
Milfina Joghurt Heidelbeer (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Milfina Joghurt Marille (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Milfina Joghurt Vanille (2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Milfina Joghurt Waldbeere (9,5 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Müller Milchreis á la Kompott Zimt und Zucker (2,5 g Fett pro 100 g, 160 g)	14,0
Natürlich für uns Bio Fruchtjoghurt Birne-Feige (bio, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Puddis Milchpudding Schokolade mit Vanillasoße (3,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,0
SalzburgMilch Ananas-Grapefruit Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
SalzburgMilch Vanille Joghurt (2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Söbbeke Joghurt Mango aus feiner Mangomousse (bio, 14 % Frucht, 5,7 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	14,0
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Pfirsich-Maracuja (bio, 9,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Spar Enjoy by Neni Guave-Rosen-Chia-Joghurt mit Müsli (7,6 % Frucht, 4,4 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	14,0
Spar Natur Pur Biojoghurt aus Wiesenmilch Banane-Müsli (bio, 7 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 400 g)	14,0
Spar Natur Pur Biojoghurt aus Wiesenmilch Birne Feige (bio, 10 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,0
Spar S-Budget Topfen Creme Erdbeere (10 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Spar S-Budget Vanillejoghurt (10 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Weißenhörner Milch Manufaktur Noir Mousse au Chocolat (bio, 25,1 g Fett pro 100 g, 80 g) ^d	14,0
Zillertaler Kaffeejoghurt (koffenhaltig, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,0
Andechser Natur Bio Joghurt mild Mango-Vanille (bio, 6 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,1
Andechser Natur Bio Jogurt mild Kaffee (koffeinhaltig, bio, 3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,1
Andechser Natur Demeter Jogurt mild Heidelbeere (bio, 11 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,1

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Clever Fruchtjoghurt Waldbeere (11 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,1
Danone Obstgarten der Große Waldfrüchte (9 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 190 g)	14,1
Müller Milchreis à la Kompott Kirsche (2,1 g Fett pro 100 g, 160 g)	14,1
Penny Milchkanne Familienjoghurt Birne-Banane (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 120 g)	14,1
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen klassisch Heidelbeere (15 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 110 g)	14,2
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen klassisch Kirsche (15 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 110 g)	14,2
Milbona Sahne Joghurt mild Kirsche (9,6 % Frucht, 7,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,2
Milbona Sahne Joghurt mild Pfirsich-Maracuja (9,5 % Frucht, 7,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,2
Milbona Strawberry Yoghurt (12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,2
Müller Doppeldecker Waldmeisterpudding mit Vanillasauce (1,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,2
Müller Froop Pflaume-Zimt (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,2
Nöm Mix Fruchtjoghurt Fruchtcocktail (0,1 % Jamaica Rum, 10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,2
Penny Milchkanne Familienjoghurt Himbeere-Erdbeere (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 120 g)	14,2
Söbbeke Grießpudding Kirsche (bio, 10 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,2
Söbbeke Joghurt Schoko-Haselnuss (bio, 4,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,2
Zott Sahne Joghurt Heidelbeer-Panna Cotta (18 % Frucht, 8,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,2
Zott Sahne Joghurt Pfirsich-Panna Cotta (18 % Frucht, 8,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,2
Andechser Natur Bio Joghurt mild Stracciatella (bio, 4,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,3
Andechser Natur Die kleinen Bio-Jogurts Mango (bio, 6 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,3
Danone Greek Erdbeere (13 % Frucht, 8,1 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,3
Good Milk L.actisens Erdbeer (8,8 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,3
Milbona Bio Organic Creamy Yogurt Dessert alla Panna Blueberry & Blackcurrant (bio, 12 % Frucht, 7,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,3
Milbona Bio Organic Creamy Yogurt Dessert alla Panna Mango & Vanilla (bio, 9 % Frucht, 7,3 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,3
Milchhof Sterzing Joghurt Snack Erdbeer mit Müsli (8 % Frucht, 5,1 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,3
Milchhof Sterzing Joghurt Snack Vanille Schoko Crispies (5,1 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,3
Milchhof Sterzing Joghurt Stracciatella (5,0 g Fett pro 100 g, 250 g) ^d	14,3
Müller Froop Traube (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,3
Müller Joghurt mit der Ecke Sevilla (4,8 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	14,3
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Brombeere (2,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,3
Söbbeke „Der Cremige“ Stracciatella (bio, 7,5 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	14,3
Söbbeke Joghurt mild auf Frucht Vanille Zitrone (bio, 5,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,3
Söbbeke Joghurt Stracciatella (bio, 4,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,3
Tirol Milch Tiroler Vanille Joghurt (2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,3
Zott Monte Butterkeks (13,1 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,3
Danone Dany Sahne Schoko (4,4 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,4
Milbona Minis Banane (6,7 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,4
Müller Froop goes wild Aprikose-Baobab (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,4
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Schwarze Johannisbeere (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,4
Müller Milchreis á la Kompott Birne (2,0 g Fett pro 100 g, 160 g)	14,4
Nöm Mix Fruchtjoghurt Ananas (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,4
Andechser Natur Bio Jogurt mild Mango-Vanille (bio, 6 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 400 g)	14,5
Danone Dany Sahne Bourbon-Vanille (6,2 g Fett pro 100 g, 115 g) ^d	14,5
Danone Dany Sahne Crème Choco (3,5 g Fett pro 100 g, 200 g)	14,5

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Ehrmann Almighurt Pfirsich-Maracuja (19 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,5
Ehrmann Fruchtetraum Erdbeer (10 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,5
Ehrmann Fruchtetraum Himbeere (10 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,5
Ehrmann Fruchtetraum Kirsch (10 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,5
Ehrmann Grand Dessert Double Coffee (4,6 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	14,5
Exquisa Quark Genuss Vanilla (0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,5
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen klassisch Erdbeere (15 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 110 g)	14,5
Exquisa Quark Joghurt Früchtchen klassisch Pfirsich-Maracuja (15 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 110 g)	14,5
kid'sworld Dessert mit Schokoladen- und Vanillegeschmack (5,6 g Fett pro 100 g, 70 g) ^d	14,5
Milbona fettarmer Joghurt Pfirsich-Maracuja (12 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	14,5
Milbona fettarmer Joghurt Typ Bratapfel (12 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g, 250 g)	14,5
Müller Doppeldecker Himbeerpudding mit Vanillasauce (1,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,5
Müller Joghurt mit der Ecke Mumbai (2,6 g Fett pro 100 g, 140 g)	14,5
Nestle Mix-in Karamelljoghurt & Lion Cereals (3,4 g Fett pro 100 g, 120 g)	14,5
Söbbeke Genießer Joghurt Pfirsich-Maracuja (bio, 11 % Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,5
Bauer Der kleine Bauer Bourbon Vanille (2,9 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,6
Danone Obstgarten der Große Kirsche (9 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 190 g)	14,6
Danone Obstgarten der Große Pfirsich-Maracuja (9 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 190 g)	14,6
Milbona fettarmer Joghurt Aprikose (12 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	14,6
Milbona fettarmer Joghurt Schwarzkirsche (12 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	14,6
Milbona Minis Bourbon-Vanille (2,9 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,6
Müller Froop Safari Ananas-Passionsfrucht (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,6
Müller Joghurt mit der Buttermilch Kirsche (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,6 ^b
Müller Milchreis à la Kompott Erdbeere (2,0 g Fett pro 100 g, 160 g)	14,6
Müller Milchreis á la Kompott Pflaume (2,0 g Fett pro 100 g, 160 g)	14,6
Zott Monte Cacao Cookies (13 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,6
Danone Disney Star Wars Schoko Sterne (5,2 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	14,7
Danone Disney Vanille Joghurt Donald Duck (4,9 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	14,7
Danone Mars Joghurt (7,8 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	14,7
Milbona Minis Stracciatella Joghurt mild (4,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,7
Milbona Safari Schoko-Pudding (3,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	14,7
Müller Froop goes wild Banane-Kaktusfeige (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,7
Topi Milch- und Haselnuss-Dessert (8,0 g Fett pro 100 g, 60 g) ^d	14,7
Clever Joghurt Vanille (2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,8
Clever Joghurt Vanille (2,7 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,8
Danone Obstgarten der Große Erdbeere (7 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 190 g)	14,8
Danone Obstgarten Erdbeere (8 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	14,8
Ländle Joghurt Kaffee (koffeinhaltig, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,8
Milchhof Sterzing Cremalpi Torrone Joghurt (4,4 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	14,8
Mövenpick Feinjoghurt Kirsche (16 % Frucht, 10,0 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	14,8
Müller Froop Erdbeer (33 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,8 ^b
Müller Froop goes wild Erdbeer-Marula (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,8
Müller Froop goes wild Himbeer-Dattel (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,8
Müller Grießpudding Himbeere (6,4 g Fett pro 100 g, 160 g) ^d	14,8

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Müller Joghurt mit der Ecke Minis Bibi Blocksberg (4,8 g Fett pro 100 g, 85 g)	14,8
Müller Milchreis á la Kompott Aprikose (2,0 g Fett pro 100 g, 160 g)	14,8
Söbbeke Schoko Pudding (bio, 2,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,8
Andechser Natur Demeter Jogurt mild Typ Bircher-Müsli (bio, 9 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	14,9
Ländle Joghurt Heidelbeere (7 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,9
Ländle Joghurt Pfirsich-Himbeere (7,1 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	14,9
Milbona Joghurt Erdbeere (11,7 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 175 g)	14,9
Müller Froop Safari Maracuja-Banane-Mango (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,9
Müller Grießpudding Kirsche (6,5 g Fett pro 100 g, 160 g) ^d	14,9
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Himbeere (14,3% Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,9 ^b
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Kirsche (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,9
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Kiwi Stachelbeere (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	14,9
Billa Topfencreme Stracciatella (4,6 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	15,0
Danone Dany Sahne Schoko (6,4 g Fett pro 100 g, 115 g) ^d	15,0
Danone Disney Star Wars Schoko Planeten (4,9 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	15,0
Danone Disney Vanille Joghurt Micky Maus (5,1 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	15,0
Ehrmann Grand Dessert Double Choc (4,6 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	15,0
Ehrmann Vanilletraum Erdbeere (4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,0
Ehrmann Vanilletraum Himbeere (4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,0
Ehrmann Vanilletraum Kirsche (4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,0
Ehrmann Vanilletraum Pfirsich-Maracuja (4,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,0
Ein gutes Stück Heimat Heumilch-Joghurt Preiselbeere (7 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Hofer Fri Fru Marille (7,0 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 200 g)	15,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Frisch & Fruchtig gerührte Sauer Milch Birne-Hollerblüte (bio, 9 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Hofer zurück zum Ursprung Mühlviertler Bergbauern Frisch & Fruchtig gerührte Sauer Milch Weichsel (bio, 12 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Ja! Natürlich Fruchtjoghurt Kirsche Mohn Zimt (bio, 10,9 % Frucht, 1,1 g Fett pro 100 g, 200 g)	15,0
Ja! Natürlich Schokolade-Maroni (bio, 5,3 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	15,0
Ja! Natürlich Vanillejoghurt (bio, 2,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	15,0
Kärntnermilch Jogurtdessert Himbeer-Melisse (bio, 18 % Frucht, 3,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,0
Kärntnermilch Jogurtdessert Williamsbirne (bio, 18 % Frucht, 3,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,0
Landessa Topfencreme Vanille (4,0 g Fett pro 100 g, 450 g)	15,0
Landliebe Joghurt Stracciatella (5,0 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	15,0
Milbona fettarmer Joghurt Erdbeer (12 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	15,0
Milchkanne Fruchtjoghurt Marille (11 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Milchkanne Joghurt Vanille (2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Milfina Creme Joghurt Stracciatella (9,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,0
Milfina Joghurt Erdbeere (10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Mövenpick Birchermüsli Beerensymphonie (31,4 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,0
Müller Joghurt mit der Buttermilch Erdbeere (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,0 ^b
Müller Joghurt mit der Ecke Griechischer Art Schoko-Erdnuss Mix (10,3 g Fett pro 100 g, 113 g) ^d	15,0 ^b
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Schoko Flakes Banane (4 % Frucht, 4,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,0
Natürlich für uns Bio Joghurtdessert Himbeer-Melisse (bio, 18 % Frucht, 3,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,0
Natürlich für uns Bio Joghurtdessert Williamsbirne-Vanille (bio, 18 % Frucht, 3,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
SalzburgMilch Banane Joghurt (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
SalzburgMilch Schoko Joghurt (2,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,0
Schärdinger Joghurt Mangotraum mit Papaya (10 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	15,0
Schärdinger Jogurella Dessertjoghurt Schoko Banane (7 % Frucht, 6,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,0
Spar Enjoy by Neni Dattel-Kokos-Chia-Joghurt mit Müsli (5,6 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g, 200 g) ^d	15,0
Billa Topfencreme Vanille (3,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,1
Danone Obstgarten Kirsche (10 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,1
Danone Obstgarten Pfirsich-Maracuja (10 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,1
Danone Topfencreme Exotic (11 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,1
Heirler Bio Joghurt mild Mango (bio, laktosefrei, 6,3 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,1
Ländle Joghurt Bourbon Vanille (2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,1
Ländle Joghurt Bourbon Vanille (2,6 g Fett pro 100 g, 500 g)	15,1
Milchhof Sterzing Cremalpi Honig-Walnuss Joghurt (4,7 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	15,1
Müller Froop Safari Kokos-Ananas (3,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,1
Müller Froop Safari Nektarine-Sternfrucht (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,1
Müller Joghurt mit der Buttermilch Pfirsich-Maracuja (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,1 ^b
Müller Joghurt mit der Buttermilch Zitrone (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,1 ^b
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Heidelbeere (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,1 ^b
Schärdinger Joghurt Beerentraum (11 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	15,1
Clever Fruchtjoghurt Marille (11 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,2
Clever Joghurt Kaffee (koffeinhaltig, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,2
Exquisa Quark Genuss Heidelbeere (0,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,2
Mövenpick Feinjoghurt Pfirsich-Maracuja (14 % Frucht, 10,3 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,2
Müller Froop Mango (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,2 ^b
Müller Grießpudding Erdbeere (6,4 g Fett pro 100 g, 160 g) ^d	15,2
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Waffelwürfel (5,6 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,2
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Erdbeere-Orange (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,2
Penny Milchkanne Joghurt Kaffee (koffeinhaltig, 2,7 g Fett pro 100 g, 250 g)	15,2
Berchtesgadener Land Bio Frucht & Knusper Joghurt Himbeere (bio, 11 % Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,3
Milbona Cremoso Kaffee (koffeinhaltig, 4,2 g Fett pro 100 g, 330 g)	15,3
Milbona Yoo-Fruit Erdbeere Feine Frucht auf Joghurt mild (12 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,3
Müller Froop Kirsch Banane (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,3 ^b
Müller Froop Waldfrucht (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,3 ^b
Müller Joghurt mit der Buttermilch Birne-Vanille (1,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,3
Müller Joghurt mit der Ecke Griechischer Art Mandel Crunch (10,0 g Fett pro 100 g, 113 g) ^d	15,3 ^b
Schärdinger Joghurt Vanilletraum (3,2 g Fett pro 100 g, 400 g)	15,3
Berchtesgadener Land Bio Frucht & Knusper Joghurt Banane (bio, 12 % Frucht, 5,5 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,4
Milbona Safari Pudding Flamingo-Pink gestrudelt (3,0 g Fett pro 100 g, 100 g)	15,4
Müller Schokopudding mit Schoko Soße (2,1 g Fett pro 100 g, 450 g)	15,4
Tirol Milch Tiroler Kaffee Joghurt (koffeinhaltig, 2,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,4
Landliebe Joghurt mit erlesenen Haselnüssen (4,9 g Fett pro 100 g, 500 g) ^d	15,5
Milbona Yoo-Fruit Kiwi Feine Frucht auf Joghurt (11,5 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,5
Müller Froop Orange (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,5 ^b
Müller Schokopudding mit Vanille Soße (2,4 g Fett pro 100 g, 450 g)	15,5

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Zott Monte Choco Balls (13,8 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	15,5
Danone Topfencreme Pfirsich (8 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	15,6
Ländle Joghurt Kokos-Schoko (4,3 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	15,6
Milbona Joghurt Waldfrucht (9,2 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 175 g)	15,6
Milbona Yoo-Fruit Pfirsich-Maracuja Feine Frucht auf Joghurt mild (14,1 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,6
Mövenpick Birchermüesli Erdbeer-Rhabarber (36,1 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,6
Schärdinger Joghurt Marillentraum mit Pfirsich (10 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	15,6
Berchtesgadener Land Bio Frucht & Knusper Joghurt Vanille (bio, 4,6 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	15,7
Milbona Dessert mit Sahne Schokolade (2,5 g Fett pro 100 g, 125 g)	15,7
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Aprikose (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,7
Zott Sahne Joghurt Nougat (8,4 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	15,7
Milbona Yoo-Fruit Kirsche Feine Frucht auf Joghurt mild (13 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,8
Müller Joghurt mit der Ecke Minis Zaubhaftes Aschenputtel (5,0 g Fett pro 100 g, 85 g) ^d	15,8
Nöm Cremix Schoko Banane (4,8 % Frucht, 6,9 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	15,8
Milbona Cremoso Kirsche (9 % Frucht, 3,8 g Fett pro 100 g, 330 g)	15,9
Müller Froop Himbeere (12,5 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	15,9 ^b
Müller Joghurt mit der Ecke Minis Kleiner Ritter Falko (3,9 g Fett pro 100 g, 85 g)	15,9
Müller Joghurt mit der Ecke Tokyo (2,7 g Fett pro 100 g, 140 g)	15,9
Alpengut Kaffee Joghurt (koffeinhaltig, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	16,0
Danone Topfencreme Nektarine-Himbeere (8,1 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	16,0
Ehrmann Gries Traum Erdbeere (8 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	16,0
Hofer Natur aktiv Bio Joghurt mit Bananen und Knuspermüsli mit Schokolade (bio, 5,5 % Frucht, 4,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,0
Hofer Natur aktiv Bio Joghurt mit Erdbeeren und Knuspermüsli mit roten Früchten (bio, 5,5 % Frucht, 3,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,0
Hofer Natur aktiv Bio Joghurt mit Kirschen und Knuspermüsli mit Schoko-Kirsch (bio, 5,2 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	16,0
Landessa Topfencreme Stracciatella (5,3 g Fett pro 100 g, 450 g) ^d	16,0
Milbona Yoo-Fruit Himbeere Feine Frucht auf Joghurt (11,9 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,0
Milfina Joghurt Kaffee (koffeinhaltig, 2,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	16,0
Mövenpick Birchermüesli Classic (36,5 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,0
Müller Joghurt mit der Ecke Griechischer Art Frische Zitrone (6,1 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	16,0 ^b
Nöm Cremix Himbeer Schoko (8 % Frucht, 6,6 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	16,0
Schärdinger Jogurella Dessertjoghurt Cappuccino (koffeinhaltig, 5,5 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	16,0
Spar Natur pur Bio-Vanille-Joghurt Knuspermüsli Schoko (bio, 4,5 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	16,0
Spar S-Budget Topfen Creme Vanille (4,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	16,0
Stainzer Joghurt Kaffee (koffeinhaltig, 5,5 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	16,0 ^b
Danone Topfencreme Vanille (3,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	16,1
Müller Froop Kiwi (2,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,1 ^b
Schärdinger Desserta Frisch Mix Kaffee (koffeinhaltig, 4,1 g Fett pro 100 g, 200 g)	16,1
Milbona Knusperjoghurt Banane-Schokoflakes (5,1 % Frucht, 4,6 g Fett pro 100 g, 175 g) ^d	16,2
Müller Froop Pfirsich-Maracuja (12,2 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,2 ^b
Müller Joghurt mit der Buttermilch Orange (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,2
Müller Joghurt mit der Ecke Minis Die Schafe sind los! (3,8 g Fett pro 100 g, 85 g)	16,2
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Rhabarber (2,5 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,2

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Nöm Cremix Coco Schoko (7,7 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	16,2
Milbona fettarmer Joghurt Vanille (1,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	16,3
Müller Joghurt mit der Ecke Minis Benjamin Blümchen (4,3 g Fett pro 100 g, 85 g) ^d	16,4
Nöm Mix Vanille (2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	16,4
Milbona Joghurt Griechischer Art Honig (6,5 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	16,6
Müller Froop Kirsche (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,6 ^b
Danone Obstgarten Vanille der Große Heidelbeere (7 % Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 190 g) ^d	16,7
Müller Froop Zitrone (2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	16,7 ^b
Nöm Cremix Stracciatella (6,9 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	16,7
Danone Obstgarten Vanille der Große Kirsche (8% Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 190 g) ^d	16,8
Danone Obstgarten Vanille der Große Pfirsich Maracuja (9% Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 190 g) ^d	16,8
Danone Topfencreme Stracciatella (4,3 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	16,8
Danone Obstgarten Vanille der Große Erdbeere (7% Frucht, 5,6 g Fett pro 100 g, 190 g) ^d	17,0
Ehrmann Grieß Traum Kirsch (8 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	17,0
Gmundner Milch Gmundi Erdbeer-Banane (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 100 g)	17,0
Gmundner Milch Gmundi Mango (10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g, 100 g)	17,0
Milbona Cremoso Erdbeere (8 % Frucht, 3,8 g Fett pro 100 g, 330 g)	17,0
Milfina Joghurt-Crisp Joghurt mit Bananengeschmack & Schokochips (4,8 g Fett pro 100 g, 175 g) ^d	17,0
Spar Natur pur Bio-Erdbeer-Joghurt Knuspermüsli Rote Früchte (bio, 7,2 % Frucht, 3,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	17,0
Zillertaler Preiselbeerjoghurt (7 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g, 180 g)	17,0
Milbona Knusperjoghurt Vanillegeschmack mit Schokoballs (5,0 g Fett pro 100 g, 175 g) ^d	17,1
Nöm Mix Kaffee koffeinhaltig, 2,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	17,1
Bergerie Schafmilch Dessert Chocolat (bio, 5,3 g Fett pro 100 g, 125 g) ^d	17,2
Nöm Cremix Schoko Schoko (7,8 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	17,2
Müller Joghurt mit der Eck Knusper Schoko-Balls Vanille (4,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	17,3
Tirol Milch Tiroler Stracciatella Joghurt (4,0 g Fett pro 100 g, 180 g)	17,4
Ehrmann Grieß Traum Pfirsich (8 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	17,5
Ehrmann Monster Backe Himbeere (3,2 g Fett pro 100 g, 135 g)	17,5
Nöm To Go Vanille Schokomüsli (4,0 g Fett pro 100 g, 165 g)	17,6
Ländle Pudding Schokolade (8,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	17,7
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Breaker (3,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	17,7
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Crispy Crunch (4,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	17,7 ^b
Milbona Cremoso Stracciatella (5,2 g Fett pro 100 g, 330 g) ^d	17,8
Müller Grießpudding mit Kirschoße (23 % Frucht, 2,3 g Fett pro 100 g, 450 g)	17,8 ^b
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Schoko Cringels Kirsche (6,3 % Frucht, 4,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	17,9
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Weiße Schoko Flakes (5,0 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	17,9 ^b
Danone Twix Joghurt (8,2 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	18,0
Milfina Creme Joghurt Vanille (7,7 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	18,0
Milfina Joghurt-Crisp Joghurt Kirsche & Schokoloops (6,3 % Frucht, 5,1 g Fett pro 100 g, 175 g) ^d	18,0
elite Joghurt Crisp Joghurt Banane & Schokoflakes (4,1 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 175 g)	18,2
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Schoko Stars (4,4 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	18,2
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Typ Schwarzwälder Kirsch (3,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	18,2 ^b
Milfina Joghurtspaß Erdbeer (5,6 % Frucht, 3,8 g Fett pro 100 g, 135 g)	18,4
Milbona Joghurt Griechischer Art Brombeere (12,5 % Frucht, 6,6 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	18,5

^a Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Fortsetzung Liste C
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Fage Total mit Honig (1,6 g Fett pro 100 g, 170 g)	18,6
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Toffee Mix (5,2 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	18,7b
Müller Joghurt mit der Schlemmer Ecke Erdbeere-Stracciatella (3,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	18,8
Nestle Mix-in KitKat (7,6 g Fett pro 100 g, 115 g) ^d	18,8
Nestle Mix-in Smarties & Erdbeerjoghurt (5,4 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	18,8
Nestle Mix-in Smarties (5,4 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	18,8
Danone Dany Sahne Mousse Vanille (9,4 g Fett pro 100 g, 80 g) ^d	18,9
Danone Dany Sahne Mousse Cappuccino (9,6 g Fett pro 100 g, 80 g) ^d	19,0
Mövenpick Feinjoghurt Karamell (10,0 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	19,0
Ländle Joghurt Dessert Schoko (5,6 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	19,1
Ländle Joghurt Dessert Stracciatella (6,9 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	19,1
Nestle Mix-in Smarties & Joghurt (5,6 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	19,1
Ländle Joghurt Dessert Vanille (5,5 g Fett pro 100 g, 180 g) ^d	19,2
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Schoko Taler (5,8 g Fett pro 100 g, 150 g) ^d	19,5b
Nestle Die Weiße (8,3 g Fett pro 100 g, 70 g) ^d	19,6
Müller Joghurt mit der Ecke Bora Bora (2,2 g Fett pro 100 g, 140 g)	19,7
Müller Joghurt mit der Ecke Griechischer Art Haselnusskrokant (9,3 g Fett pro 100 g, 113 g) ^d	19,7
Müller Joghurt mit der Ecke Venezia (4,3 g Fett pro 100 g, 140 g) ^d	20,5
Schärdinger Jogurella Mixi Vanille (4,1 g Fett pro 100 g, 135 g)	20,5
Müller Mousse au Chocolat (8,4 g Fett pro 100 g, 240 g) ^d	21,0 ^b
Danone m&m Joghurt (8,6 g Fett pro 100 g, 120 g) ^d	21,4
Schärdinger Jogurella Mixi Erdbeer (6 % Frucht, 4,1 g Fett pro 100 g, 135 g)	21,6
Danone Dany Sahne Mousse Schoko (9,6 g Fett pro 100 g, 80 g) ^d	22,5

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

^d Achtung: dieses Produkt enthält mehr als 4,2 g Fett pro 100 g.

Liste D

– Orientierungskriterien nicht erfüllt

Es sind Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe enthalten.

Orientierungskriterien:

- 1) Der **Gesamtzucker**gehalt liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g** (inkl. natürlichem Milchzucker).
- 2) Es sind **Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 4) Der **Fettgehalt** liegt bei **max. oder über 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Achten Sie auf die Verpackungsgröße. Eine Portion Milchprodukt entspricht 250 ml/g.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Milbona Skyr Vanille (0,2 g Fett pro 100 g, 350 g)	3,3
Müller Milchreis "Leicht + Lecker" Original (2,3 g Fett pro 100 g, 200 g)	3,7
Müller Milchreis „Leicht + Lecker“ Kirsche (2,3 g Fett pro 100 g, 200 g)	3,7
Milbona Skyr Blaubeere (7 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g, 350 g)	4,0
Müller Milchreis „Leicht + Lecker“ Zimt (2,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	5,0
Danone Dany Sahne Schoko light (3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	5,3
Danone Dany Sahne Vanilla light (2,8 g Fett pro 100 g, 200 g)	5,3
Danone Obstgarten light Pfirsich (10 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g, 190 g)	5,3
Nöm Fasten Protein Joghurt Vanille (0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	5,5
Danone Obstgarten light Erdbeere (9 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g, 190 g)	5,6
Milbona Fruit Yogurt Apple & Pear (6,2 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g, 250 g)	5,6
Milbona Fruit Yogurt Strawberry (6,5 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	5,7
Nöm Fasten Fruchtjoghurt Vanille (0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	5,7
Campina Optiwell Schokopudding (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	5,8
Campina Optiwell Vanillapudding (0,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	5,8
Milbona Fruchtjoghurt Dattel-Feige-Traube (6,6 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	6,0
Milbona Fruit Yogurt Sour Cherry & Elderberry (6,5 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g, 250 g)	6,0
Nöm Fasten Protein Joghurt Heidelbeere (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	7,1
Nöm Fasten Fruchtjoghurt Heidelbeer (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,3
Nöm Fasten Protein Joghurt Erdbeere (12 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	7,3
Nöm Fasten Fruchtjoghurt Erdbeer (12 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,4
New Lifestyle Fruchtjoghurt Erdbeere (10,4 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,5
New Lifestyle Fruchtjoghurt Heidelbeere (10,4 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,5
New Lifestyle Fruchtjoghurt Kirsche (10,4 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,7
Nöm Fasten Fruchtjoghurt Kirsche (12 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,7
Nöm Fasten Fruchtjoghurt Birne Marille (8 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g, 180 g)	7,9
Milbona Skyr Himbeere (7 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g, 350 g)	8,1
New Lifestyle Fruchtjoghurt Ananas (10,4 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g, 180 g)	8,2
Spar Vital Stevia-Joghurt Müsli (2,1 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g, 180 g) ^c	8,8
Spar Vital Stevia-Joghurt Pfirsich Maracuja (10 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g, 180 g) ^c	8,9
Spar Vital Stevia-Joghurt Waldbeere (10 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g, 180 g) ^c	8,9

^a *Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).*

^b *Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.*

^c *Produkt ist mit Steviolglykosiden gesüßt.*

Liste E

– Orientierungskriterien nicht erfüllt

Fettgehalt liegt über 4,2 %

Orientierungskriterien:

- 1) Der **Gesamtzucker**gehalt liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g** (inkl. natürlichem Milchzucker).
- 3) Es sind keine **Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 4) Der **Fettgehalt** liegt **über 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Achten Sie auf die Verpackungsgröße. Eine Portion Milchprodukt entspricht 250 ml/g.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Andechser Natur Bio Rahmjoghurt mild Natur (bio, 10,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	3,4
Andechser Natur Bio Sahnejoghurt griechischer Art (bio, 10,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	3,4
Andechser Natur Bio Sahnekefir Natur (bio, 10,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	3,8
Danone Greek Natur (10,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	4,1
Andechser Natur Bio Cremejoghurt mild natur (bio, 7,5 g Fett pro 100 g, 500 g)	4,8
Müller Joghurt mit der Ecke Müsli Honig Pekanuss (5,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	6,0
Danone Activia Crunchy Honig-Nuss (5,0 g Fett pro 100 g, 170 g)	6,5
Müller Joghurt mit der Ecke Müsli Knusper Schoko (4,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	6,7
Müller Joghurt mit der Ecke Müsli White Berry (4,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	6,7
Schärdinger Knuspertraum Natur (1 % Frucht, 4,7 g Fett pro 100 g, 200 g)	6,8
Müller Joghurt mit der Ecke Müsli Haselnuss Roasted (5,9 g Fett pro 100 g, 150 g)	6,9
Müller Joghurt mit der Ecke Knusper Original (5,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	7,0
Müller Joghurt mit der Ecke Müsli Knusper Original (5,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	7,0
Danone Activia Crunchy Schoko (5,2 g Fett pro 100 g, 170 g)	7,2
Spar Natur pur Bio-Naturjoghurt Knuspermüsli Chia & Amaranth (bio, 4,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	8,0
Müslipause mit Knuspermüsli mit weißer Schokolade und Erdbeerstücken (1 % Frucht, 6,5 g Fett pro 100 g, 220 g)	8,7
Müslipause mit Schokomüsli (6,4 g Fett pro 100 g, 225 g)	8,9
Leeb Vital Bio Ziegenjoghurt Erdbeer (bio, 10 % Frucht, 4,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,3
Milfina Joghurt-Crisp gesüßter Joghurt & Müsli (4,8 g Fett pro 100 g, 175 g)	9,5
Andechser Natur Bio Rahmjoghurt mild Herzkirsche (bio, 9 % Frucht, 8,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,7
Bergerie Schafmilch Joghurt Kastanie (bio, 8 % Frucht, 5,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,9
S-Budget Cremejoghurt Kaffee (8,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,9
Landliebe Laktosefrei Sahnepudding Vanille (laktosefrei, 8,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	10,0
Landliebe Milchreis Traditionell (5,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	10,0
Landliebe Rahmjoghurt mild Honig (8,6 g Fett pro 100 g, 500 g)	10,0
Toni's Ziegenmilchjoghurt Heidelbeere (bio 10 % Frucht, 4,6 g Fett pro 100 g, 180 g)	10,0
Leeb Vital Bio Ziegenjoghurt Marille (bio, 12 % Frucht, 4,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,1
Söbbeke Creme Duo Milch- und Haselnusscreme (bio, 13,0 g Fett pro 100 g, 145 g)	10,2
Leeb Vital Bio Schafjoghurt Heidelbeer (bio, 10 % Frucht, 5,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,7
Andechser Natur Bio Sahne Pudding Vanille (bio, 8,8 g Fett pro 100 g, 150 g)	10,9
Milbona Cremoso Bianco (4,6 g Fett pro 100 g, 330 g)	10,9
Dr. Oetker Pudding Marmorette Bourbon-Vanille (8,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,0
Landliebe Grießpudding Traditionell (6,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,0
Landliebe Grießpudding Traditionell (6,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Landliebe Grießpudding Vanille (6,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Landliebe Milchreis Zimt (5,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Landliebe Sahnepudding Vanille (8,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,0
Landliebe Sahnepudding Vanille (8,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,0
Landliebe Sahnepudding Vanille (8,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	11,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Fortsetzung Liste E
Orientierungskriterien nicht erfüllt
(Fettgehalt liegt über 4,2 %)

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Milbona Grieß-Pudding Pur (6,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,0
Minus L Grießpudding mit Sahne verfeinert (laktosefrei, 6,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,0
Toni's Ziegenmilchjoghurt Marille (bio, 9,7 % Frucht, 4,5 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,0
Toni's Schafmilchjoghurt Määäh Vanille (bio, 5,2 g Fett pro 100 g, 180 g)	11,0
Söbbeke Grießpudding Vanille (bio, 6,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,1
Söbbeke Grießpudding Traditionelle (bio, 6,4 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,3
Andechser Natur Bio Rahmjoghurt mild Heidelbeere-Cassis (bio, 9 % Frucht, 8,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,4
Söbbeke Sahnekefir auf Erdbeere (bio, 10 % Frucht, 7,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	11,4
Andechser Natur Bio Sahnekefir Pfirsich-Maracuja (bio, 8 % Frucht, 8,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,5
Minus L Joghurt Stracciatella (laktosefrei, 5,4 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,5
Müller Grießpudding Zimt&Zucker (7,8 g Fett pro 100 g, 132 g)	11,5
Söbbeke Milchcreme Kirsche (bio, 9,5 % Frucht, 10,7 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,5
Andechser Natur Bio Rahmjoghurt mild Vanille (bio, 8,6 g Fett pro 100 g, 150 g)	11,6
Bauer Der kleine Pudding Schoko (8,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,7
Milbona Sahne-Pudding Vanille (8,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,9
Hofer Natur aktiv Bio Schafmilch Joghurt Himbeere (bio, 11 % Frucht, 4,7 g Fett pro 100 g, 180 g)	12,0
Ja! Natürlich Joghurt griechische Art Erdbeer mit Knuspermüsli (bio, 8,0 g Fett pro 100 g, 140 g)	12,0
Landliebe Grießpudding Zimt (6,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Landliebe Grießpudding Zimt (6,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Milchreis Aprikose (5,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Milchreis Schokolade (5,4 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Landliebe Milchreis Vanille (5,3 g Fett pro 100 g, 150 g)	12,0
Leeb Vital Bio Schafjoghurt Vanille (4,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Milbona Grieß-Pudding Zimt (6,4 g Fett pro 100 g, 125 g)	12,0
Söbbeke Sahnekefir auf Mango-Vanille (bio, 8,5 % Frucht, 7,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	12,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Anhang – Alternative Produkte

Alternative Produkte auf Soja- und Getreidebasis (alle laktosefrei) werden als ergänzende Information angeführt.

Orientierungskriterien alternative Produkte – Teil 1 von 3

- 1) Der **Gesamtzucker**gehalt liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g**.
- 2) Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 3) Der **Fett**gehalt liegt bei **max. 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Achten Sie auf die Verpackungsgröße. Eine Portion entspricht 250 ml/g.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Provamel Bio Joghurtalternative Soja-Kokos (bio, 3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	0,0
Provamel Bio Joghurtalternative Soja-Mandel (bio, 3,3 g Fett pro 100 ml, 500 g)	0,0
Provamel Bio Soja Joghurtalternative natur (bio, 2,3 g pro 100 g, 125 g)	0,0
Sojade Bio Soja Spezialität Natur (bio, 2,9 g pro 100 g, 100 g)	0,0
Sojade Bio Soja Spezialität Natur (bio, 2,9 g pro 100 g, 125 g)	0,0
Sojade Bio Soja Spezialität Natur (bio, 2,9 g pro 100 g, 400 g)	0,0
Alpro Natur mit Kokosnuss (3,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	2,1
Alpro Soja Natur (2,3 g pro 100 g, 500 g)	2,1
Alpro Natur mit Mandeln (2,8 g Fett pro 100 g, 500 g)	2,2
JOYA aus Kokosmilch Mango Maracuja (9 % Frucht, 3,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	7,1
Provamel Bio Soja Joghurtalternative mit Agavendicksaft gesüßt (bio, 2,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	7,5
JOYA Soya Bio Himbeere (bio, 7,7 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	7,9
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Pfirsich-Mango (bio, 6,7 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	8,0
Söbbeke Reisdessert Mango (bio, 10 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	8,2
JOYA Soya Greek mit Erdbeere (12 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 200 g)	8,3
Söbbeke Reisdessert Kirsche (bio, 9,5 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	8,3
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Erdbeere (bio, 6,7 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	8,4
JOYA Soya Bio Vanille (bio, 2,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	8,6
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Aronia-Passionsfrucht (bio, 12,5 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	8,6
JOYA Soya Waldbeere (12,5 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 150 g)	8,8
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Beeren-Mix (bio, 10,9 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	8,8
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Heidelbeere (bio, 6,3 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	8,8
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Himbeer-Vanille (bio, 13 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	8,8
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Kirsche (bio, 12,9 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,1
Alpro Soja Kirsche (10,9 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,2
Alpro Soja Vanille (2,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,2
JOYA aus Kokosmilch Erdbeere (13 % Frucht, 3,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	9,2
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Orange-Rooibos (bio, 13,1 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,2
Provamel Bio Sojadessert Schokolade (bio, 1,6 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,2
JOYA Soya Bio Heidelbeere (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,3
Sojade Bio Soja Dessert Nougat (bio, 3,0 g Fett pro 100 g, 530 g)	9,3
Alpro Soja Brombeere (6 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,4
Alpro Soja Erdbeer mit Rhabarbar (12 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,4
Alpro Soja Heidelbeere (5,8 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,4
Alpro Soja Himbeere-Cranberry (11,6 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,4

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Fortsetzung Anhang – Alternative Produkte

Orientierungskriterien alternative Produkte – Teil 1 von 3

- 1) Der **Gesamtzucker**gehalt liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g**.
- 2) Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 3) Der **Fett**gehalt liegt bei **max. 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Alnatura Soja Dessert Schoko (bio, 1,7 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,5
Provamel Bio Sojadessert Vanille (bio, 1,8 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,5
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Limone-Melisse (bio, 1 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,6
Sojade Reis Spezialitäten Erdbeere Cassis (bio, 10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	9,6
Alpro Soja Limette-Zitrone (3,4 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,7
JOYA Soja Mango-Maracuja (12 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,7
Provamel Bio Kokos-Sojadessert Schokolade (bio, 3,2 g Fett pro 100 g, 125 g)	9,7
Alpro Soja Pfirsich (11 % Frucht, 1,9 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,8
JOYA Soja Erdbeere (13 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,8
JOYA Soja Pfirsich-Marille (16 % Frucht, 2,0 g Fett pro 100 g, 150 g)	9,8
Provamel Bio Soja Joghurtalternative Vanille (bio, 2,0 g Fett pro 100 g, 500 g)	9,8
Sojade Bio Reis Dessert Vanille (bio, 1,0 g Fett pro 100 g, 530 g)	9,9
Provamel Bio Sojadessert Caramel (bio, 1,8 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,0
JOYA Soja Macchiato Dessert (2,2 g Fett pro 100 g, 200 g)	10,1
Alnatura Soja Dessert Vanille (bio, 1,6 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,2
Alpro Soja Erdbeer-Banane (11 % Frucht, 2,0 g Fett, 125 g)	10,3
JOYA Soja Kokos Dessert (3 % Frucht, 4,0 g Fett pro 100 g, 200 g)	10,3
Sojade Bio Soja Spezialität Aprikose Guave (bio, 9 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,4
Sojade Bio Soja Spezialität Zitrone (bio, 6 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	10,4
Sojade Reis Spezialitäten Mango Maracuja (bio, 10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g, 100 g)	10,4
Alpro Dessert Schokolade mildfein (1,9 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,5
Sojade Bio Reis Dessert Caramel (bio, 1,0 g Fett pro 100 g, 530 g)	10,5
Alpro Dessert Feine Vanille (1,8 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,7
Alpro Dessert Softer Karamell (1,8 g Fett pro 100 g, 125 g)	10,8
Délice de Hanf Himbeere Erdbeere (bio, 10 % Frucht, 2,5 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,0
Milfina Sojagurt Vanille (2,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	11,0
Sojade Bio Reis Dessert Schoko (bio, 2,4 g Fett pro 100 g, 530 g)	11,0
Sojade Bio Soja Spezialität Rote Früchte (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,0
Sojade Hanf Spezialität Himbeer-Erdbeere (bio, 10 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,0
Sojade Bio Soja Dessert Vanille (bio, 1,9 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,1
Sojade Bio Soja Spezialität Heidelbeere (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	11,1
Sojade Bio Soja Spezialität Mango Kokos (bio, 9 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,3
Sojade Bio Soja Spezialität Ananas (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	11,4
Sojade Bio Soja Spezialität Aprikose (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	11,4
Sojade Bio Soja Spezialität Himbeer Maracuja (bio, 9 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,4
Sojade Bio Soja Spezialität Pfirsich Holunderblüte (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	11,4
Sojade Bio Soja Spezialität Vanille (bio, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	11,6
Sojade Bio Soja Spezialität Erdbeere (bio, 9 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,7
Alpro Dessert Dunkle Schokolade feinherb (2,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	11,8
Délice de Hanf Schokolade (bio, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,8
Sojade Hanf Spezialität mit Schokolade (bio, 2,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	11,8
Sojade Bio Soja Spezialität Cassis Cranberry (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	11,9
Milfina Sojagurt Heidelbeere (6 % Frucht, 2,2 g Fett pro 100 g, 500 g)	12,0

^a *Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).*

^b *Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.*

Orientierungskriterien alternative Produkte – Teil 2 von 3

- 1) Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei **über 12 g/100 ml bzw. 100 g**.
- 2) Der **Fettgehalt** liegt bei **max. 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).
- 3) Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Sojade Bio Soja Spezialität Kirsche mit Bifidus (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	12,1
Sojade Bio Soja Dessert Café (bio, 1,8 g Fett pro 100 g, 100 g)	12,4
Sojade Bio Soja Spezialität Mango Pfirsich (bio, 9 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	12,4
Sojade Bio Soja Spezialität Banane (bio, 10 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,0
Sojade Bio Soja Spezialität Pflaume (bio, 7 % Frucht, 2,1 g Fett pro 100 g, 400 g)	13,0
Sojade Bio Soja Dessert Schoko (bio, 2,1 g Fett pro 100 g, 100 g)	13,7
Probios Rice & Rice Reisdessert Kakao (bio, 3,3 g Fett pro 100 g, 100 g)	15,0
Probios Rice & Rice Reisdessert Vanille (bio, 3,0 g Fett pro 100 g, 100 g)	15,0
Probios Rice & Rice Reisdessert Caramell (bio, 3,0 g Fett pro 100 g, 100 g)	16,0

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

Orientierungskriterien alternative Produkte – Teil 3 von 3

- 1) Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g**.
- 2) Der **Fettgehalt** liegt bei **über 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).
- 3) Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.

Produkt	Gesamtzucker ^a (g pro 100 g)
Harvest Moon Coconut Milk Yoghurt Alternative Vanille (bio, 18,0 g Fett pro 100 g, 125 g)	0,5
Harvest Moon Coconut Milk Yoghurt Alternative Mango & Maracuja (bio, 25 % Frucht, 13,3 g Fett pro 100 g, 125 g)	7,0
Alpro Cremoso Apfelstrudel (10 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 400 g)	9,5
Alpro Cremoso Zitronenkuchen (3 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 400 g)	9,6
Alpro Cremoso Pfirsich (11 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 110 g)	9,8
Alpro Cremoso Blueberry Muffin (6 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 400 g)	9,9
Alpro Cremoso Kirsche (10,5 % Frucht, 5,9 g Fett pro 100 g, 110 g)	9,9
Natumi Cocos Dessert vanilla (bio, 9,1 g Fett pro 100 g, 110 g)	11,2
Natumi Cocos Dessert choco (bio, 9,1 g Fett pro 100 g, 110 g)	11,6

^a Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

^b Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.