



# Milchliste

## Milchprodukte nach Zuckergehalt sortiert

### Produkte zum Trinken

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 Trinken 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 400 Produkte in Gebinden bis 0,75 Liter bzw. 750 Gramm erhoben. Die Liste richtet sich sowohl an Konsumenten als auch an Multiplikatoren und Fachpersonal.

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

**JETZT NEU** auch als Onlinesuche auf [www.sipcan.at](http://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<sup>a</sup>:

- 1) Der **Gesamtzuckergehalt<sup>b</sup>** liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g (inkl. natürlichem Milchzucker<sup>c</sup>)**.
- 2) Es sind **keine Süßstoffe<sup>d</sup> und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- 3) Der **Fettgehalt<sup>e</sup>** 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<sup>f</sup> 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](http://www.ages.at) oder [www.zusatzstoffe-online.de](http://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 ml/g)
- **Liste D** – (Süßstoffe bzw. Zuckeraustauschstoffe enthalten)
- **Liste E** – (zu hoher Fettgehalt pro 100 ml/g)

Orientierungskriterien	Liste	Gesamtzuckergehalt von max. 12 g/100 ml/g	Keine Süßstoffe bzw. Zuckeraustauschstoffe	Gesamtfettgehalt von max. 4,2 %
<b>erfüllt</b>	<b>Liste A</b>	JA	JA	JA
	<b>Liste B</b>	JA	JA	JA
<b>Nicht erfüllt</b>	<b>Liste C</b>	NEIN	JA	JA
	<b>Liste D</b>	JA	NEIN	JA
	<b>Liste E</b>	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:** Listen zu Kaffeegetränken und 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.<sup>8</sup>



## 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](mailto: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

- <sup>a</sup> Die einzelnen Orientierungskriterien wurden in Zusammenarbeit mit einer ExpertInnengruppe festgelegt (siehe [www.sipcan.at](http://www.sipcan.at)). Der Praxisleitfaden für Milchprodukte ist Bestandteil des Maßnahmenkataloges des Nationalen Aktionsplans Ernährung (NAP.e).
- <sup>b</sup> 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.<sup>1,2</sup> 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)<sup>3</sup> 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 orientieren<sup>4-6</sup>, 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.
- <sup>c</sup> 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.<sup>7</sup> 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).
- <sup>d</sup> 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.<sup>8</sup> 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.<sup>9</sup>
- <sup>e</sup> 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.
- <sup>f</sup> 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.<sup>10-12</sup>
- <sup>g</sup> Die Informationen zum Schulmilchprogramm wurden mit einer ExpertInnengruppe abgestimmt (siehe [www.sipcan.at](http://www.sipcan.at)).

## Literaturquellen

- <sup>1</sup> WHO (2015): Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva: World Health Organization.
- <sup>2</sup> FAO (2007): Scientific Update on carbohydrates in human nutrition: conclusions, European Journal of Clinical Nutrition, (61): 132-137.
- <sup>3</sup> D-A-CH (2008): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, Umschau/Braus, Frankfurt am Main.
- <sup>4</sup> Ellrot T (2003): Zunehmende Portionsgrößen – ein Problem für die Regulation der Nahrungsmenge. Ernährungs-Umschau, (50): 340-343.
- <sup>5</sup> Kral TV, Rolls BJ (2004): Energy density and portion size. Physiol Behav, (82):131-138.
- <sup>6</sup> Rolls BJ et al. (2004): Increasing the portion size of a packaged snack increases energy intake in men and women. Appetite, (42): 63-69.
- <sup>7</sup> Kasper H. (2009): Ernährungsmedizin und Diätetik, Urban und Fischer, München, S. 203-205.
- <sup>8</sup> 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).
- <sup>9</sup> 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.
- <sup>10</sup> Oddy WH, O'Sullivan TA (2009): Energy drinks for children and adolescents BMJ, (339):b5268.
- <sup>11</sup> Food Information Council (2007): Koffein und Gesundheit, URL: <http://www.eufic.org/article/de/ernaehrung/funktionale-lebensmittel/artid/Koffein-Gesundheit/> (Stand: 02.2015).
- <sup>12</sup> 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 Trinken

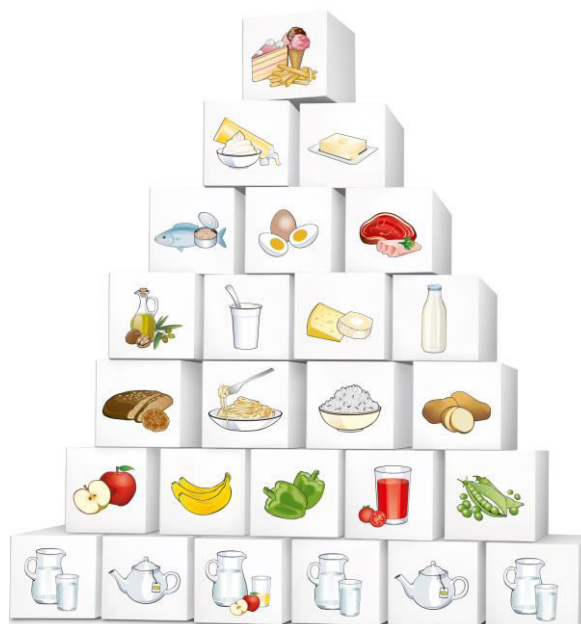
Als ideale **Milchprodukte zum Trinken** gelten:

- **Milch**
- **Sauer-/Buttermilch** (natur/ungesüßt)
- **Molke** (natur/ungesüßt)
- **Frucht-Milch-Mixgetränke** (ungesüßt/natürlich gesüßt durch Zusatz von frischen 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-Milch-Mixgetränke

Optimalerweise werden Frucht-Milch-Mixgetränke (z.B. Bananenmilch, Erdbeer-Buttermilch) 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 Trinken (natur/ungesüßt) werden diese Produkte zusammengefasst dargestellt.

Beispiele für verschiedene Produktgruppen	Gesamtzucker (g pro 100 ml/g)
Sauermilch (500 ml)	3,9
Naturmolke (500 ml)	4,1
Buttermilch (500 ml)	4,2
Ziegenmilch (500 ml)	4,6
Vollmilch (500 ml)	4,7
Milch (fettarm, 500 ml)	4,8

*Hinweis: Schafsmilch enthält 4,6 g Gesamtzucker pro 100 ml/g, liegt aber mit einem durchschnittlichen Fettgehalt von 5,2 % außerhalb der Orientierungskriterien.*

# Liste B

## – Orientierungskriterien erfüllt

### Orientierungskriterien:

- 1) Der **Gesamtzucker** liegt bei **max. 12 g/100 ml bzw. 100 g** (inkl. natürlichem Milchezucker).
- 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 <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Good Milk probiot. Drink Pur (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 125 g)	5,8
Müller Fructiv Multivitamin (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 440 ml)	6,1
Schärdinger Meine Linie Schokodrink (laktosefrei, 1,6 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	6,1
Müller Fructiv Gelber Multivitamin (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 440 ml)	6,2
Lattella g'spritzt Mango (5 % Frucht, 0 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	6,4
Müller Fructiv Blutorange (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 440 ml)	6,5
Müller Fructiv Erdbeer-Limette-Wassermelone (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 440 ml)	6,6
Müller Fructiv Orange-Maracuja-Guarana (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 440 ml)	7,0
Müller Fructiv Roter Multivitamin (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 440 ml)	7,7
Schärdinger Meine Linie Buttermilch Erdbeere & Preiselbeere (laktosefrei, 13,5 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	7,7
Schärdinger Meine Linie Buttermilch Mango & Papaya (laktosefrei, 13,5 % Frucht, 0,7 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	7,7
Landliebe Laktosefrei Milch Schoko (laktosefrei, 2 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	7,8
Bounty Milchgetränk (1,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,2
Landliebe Landmilch Schoko (2,4 g Fett pro 100 g/ml, 350 g)	8,4
Schärdinger Kakao (3,6 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	8,4
Tirol Milch Tiroler Trink Kakao (3,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,4
Billa Chai Latte Classic (0,9 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	8,5
Good Milk Milk Mix Vanilla (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	8,6
Hofer zurück zum Ursprung Bergbauern Vanillemilch (bio, 3,2 g Fett pro 100 g/ml, 475 ml)	8,6
Milbona Der Leichte Schoko Drink (1,7 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	8,6
Schärdinger H-Schokomilch (0,3 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	8,8
Ländle Milch Banane (11,6 % Frucht, 2,4 g Fett pro 100 g/ml, 300 ml)	8,9
Linessa Schoko Milchemischgetränk (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	8,9
Milbona Schoko Drink (3,6 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	8,9
Milbona Haltbare Schokomilch (2,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,0
Shakeria Erdbeer (1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,0
Shakeria Vanille (1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,0
Spar Kakao Drink (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,0
Ländle Milch Erdbeere (2,3 g Fett pro 100 g/ml, 300 ml)	9,1
Ländle Milch Schokolade (2,8 g Fett pro 100 g/ml, 300 ml)	9,2
Ländle Milch Vanille (2,3 g Fett pro 100 g/ml, 300 ml)	9,2
Lembach Besser Bio Fruchtmolke Multifrukt (bio, 35,7 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,2
Ovomaltine OVO Drink (2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,2
Lembach Besser Bio Fruchtmolke Mango (bio, 10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,3
Penny Happy Drink Schoko (3,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,3
Hofer zurück zum Ursprung Bergbauern Schokomilch (bio, 3,6 g Fett pro 100 g/ml, 475 ml)	9,4
Ja! natürlich Vanillemilch (bio, 3,2 g Fett pro 100 g/ml, 750 ml)	9,4
Kärntnermilch Schokogenuss (1,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,5

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

## Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamt-zucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Milbona Drink mit Erdbeergeschmack (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,5
Spar Schoko Drink (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,5
Milky Way Milchgetränk (2,1 g Fett pro 100 g/ml, 350 ml)	9,6
Berchtesgadener frische Schokoladen-Milch länger haltbar (3,7 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	9,7
Andechser Natur Bio Erfrischungsdrink Orange (bio, 8 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	9,8
Berchtesgadener Land Alpenzweig Bio Schokomilch (bio, 1,7 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	9,8
Lattella Frucht & Molke Ananas-Papaya (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,8
Lattella Frucht & Molke Erdbeer (7 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,8
Nestle Nesquik to go (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 220 ml)	9,8
Saliter Bio Schoko Milch (bio, 1,7 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,8
Lattella Frucht & Molke Mango (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,9
Lattella Frucht & Molke Maracuja (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,9
Lattella Frucht & Molke Orange-Grapefruit-Zitrone (9 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	9,9
Spar Enjoy Chai Latte (3,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,9
Andechser Natur Bio Erfrischungsdrink Mango (bio, 7 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	10,0
Billa Bergbauern Vanillemilch (2,9 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,0
Cosmoveda Banana Lassi (bio, 11 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Cosmoveda Mango Lassi (bio, 15 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Cosmoveda Pina Colada Lassi (bio, 28 % Frucht, 0,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Emmi Choco Latte classic (4 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,0
Good Milk Milk Mix Banana (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	10,0
Good Milk Milk Mix Erdbeer (1,1 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	10,0
Ja! Natürlich Buttermilch Ananas-Kokos (bio, 12 % Frucht, 1,2 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Kärntnermilch Fruchtmolke Mango (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Kärntnermilch Fruchtmolke Orange/Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Kärntnermilch Fruchtmolke Pfirsich/Marille (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Landliebe Trink-Joghurt mit Erdbeeren (7 % Frucht, 0,7 g Fett pro 100 g/ml, 350 g)	10,0
Maresi Siggì Kakaomilch (3,6 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,0
Merkur Immer Gut Vanillemilch (2,9 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,0
Milbona Drink mit Bananengeschmack (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Milfina Frucht Molke Erdbeere (11 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Milfina Frucht Molke Mango (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,0
Nöm Kakaomilch (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,0
Nöm Vanillemilch (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,0
SalzburgMilch Alex Schoko-Milch (1,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,0
SalzburgMilch Fruchtmolke Mango (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,0
SalzburgMilch Lisa Vanille-Milch (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,0
Schärdinger Bananentraum (12 % Frucht, 2,4 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	10,0
Schärdinger Erdbeertraum (4 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	10,0
Schärdinger Vanilletraum (2,7 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	10,0
Müller Frucht Buttermilch Ananas Kokos (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,1
Müller Frucht Buttermilch Himbeere (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,1
Müller Frucht Buttermilch Pfirsich-Nektarine (5 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	10,1
Clever Molkegetränk Mango (10,2 % Frucht, 0,0 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,2
Milbona Milchdrink Susis Milchmix (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	10,2
Schärdinger Smoojo Erdbeer-Banane (43,3 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,2

<sup>a</sup> Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

## Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Zott Monte Drink (2,2 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,2
Müller Frucht Buttermilch Mango (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,3 <sup>b</sup>
Danone FruchtZwerge go! Vanille (2,8 g Fett pro 100 g/ml, 70 g)	10,4
Gmundner Milch Bananen Drink (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,4
Berchtesgadener Land Bio Fruchtbuttermilch Erd-/Johannisbeere (bio, 8 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 400 g)	10,5
Danone Actimel Classic (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	10,5
Danone Activia Drink Waldfrucht (5,0 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g/ml, 300 g)	10,5
Danone FruchtZwerge go! Erdbeere (6 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 70g)	10,5
Kärntnermilch Trinkjogurt Erdbeer (laktosefrei, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,5
Berchtesgadener Land Bio Fruchtbuttermilch Mango-Maracuja (bio, 8 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 400 g)	10,6
Müller Frucht Buttermilch Kirsch Banane (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	10,6
Danone Disney Star Wars Erdbeer Shake (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	10,7
Schärdinger Wintertraum Nuss Nougat (3,1 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	10,7
Clever Molkegetränk Maracuja (10 % Frucht, 0,0 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	10,8
Danone Actimel Granatapfel (2 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	10,8
Desserta Frisch Mix Buttermilch Drink Heidelbeere (laktosefrei, 8,7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	10,8
Schärdinger Frisch Mix Buttermilch Heidelbeer (laktosefrei, 9 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	10,8
Müller Müllermilch Kirsch-Banane (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	10,9
Schärdinger Smoojo Ananas-Banane-Kokos (44 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,9
Alpengut Buttermilch Erdbeer (laktosefrei, 5,8 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Alpengut Buttermilch Heidelbeer (laktosefrei, 5,7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Alpengut Buttermilch Himbeere (5,2 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Andechser Natur Bio Trinkjoghurt Mango Vanille (bio, 7 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,0
Billa Bergbauernmilch Kakao (2,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,0
Gmundner Milch Kakao Milch (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	11,0
Ja! natürlich Buttermilch Heidelbeer-Brombeere (bio, 10 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Ja! natürlich Buttermilch Himbeer-Erdbeer (bio, 12 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Ja! natürlich Buttermilch Mango-Maracuja (bio, 11,6 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Kärntnermilch Bio+ Kakaogenuss (bio, 1,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,0
Landliebe Trink-Joghurt mit Heidelbeeren (7 % Frucht, 0,7 g Fett pro 100 g/ml, 350 g)	11,0
Landliebe Trink-Joghurt mit Kirschen (7 % Frucht, 0,7 g Fett pro 100 g/ml, 350 g)	11,0
Landliebe Trink-Joghurt mit Pfirsichen (7 % Frucht, 0,7 g Fett pro 100 g/ml, 350 g)	11,0
Lattella Frucht & Molke Kiwi (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Merkur Immer Gut Kakao (2,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,0
Milfina Frucht Molke Maracuja (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Natürlich für uns Bio Kakao Milchdrink (1,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,0
Nöm Mix Joghurt Drink Mango (11,2 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
SalzburgMilch Fruchtmolke Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
SalzburgMilch Fruchtmolke Orange-Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Schärdinger Schokotraum (3,1 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	11,0
Schärdinger Smoojo Mango-Maracuja (40 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,0
Shakeria Swiss Chocolat (2,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,0
Spar Natur pur Bio Buttermilch Heidelbeere (bio, 12 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,0
Spar Natur pur Bio Trinkjoghurt Pfirsich-Marille (bio, 7 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	11,0
Tiroler Buttermilch Erdbeer (laktosefrei, 6 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,0
Tiroler Buttermilch Heidelbeer (laktosefrei, 6 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,0

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

## Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamt-zucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Müller Frucht Buttermilch Rote Multi-Frucht (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	11,1
Vitasia India Chai Latte (3,4 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,1
Milbona Milchdrink Lottis Milchmix (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,2
Stainzer Buttermilch Banane (7 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,2 <sup>b</sup>
Andechser Natur Bio Lassi Guave (bio, 14 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	11,3
Andechser Natur Bio Trinkjoghurt Himbeere-Lemon (bio, 9 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,3
Kärntnermilch Trinkjogurt Marille (laktosefrei, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,3
Andechser Natur Bio Trinkjoghurt Erdbeere (bio, 8 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,4
Danone Activia Drink Mango-Papaya (3,6 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g/ml, 300 g)	11,4
Ländle Trinkjoghurt Banane (7 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,4
Müller Frucht Buttermilch Erdbeere (0,4 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	11,4
Müller Müllermilch Banane (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,4
Müller Müllermilch Nocciola-Nuss (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,4
Nöm Mix Joghurt Drink Himbeer Cranberry (10 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,4
Nöm to go Erdbeermilch (0,3 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g/ml, 450 ml)	11,4
Desserta Frisch Mix Buttermilch Drink Erdbeer (laktosefrei, 5,7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,5
Kärntnermilch Trinkjogurt Himbeer (laktosefrei, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,5
Lattella Frucht & Molke Ananas Kokos (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,5
Müller Müllermilch Pistazie-Cocos (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,5
Schärdinger Frisch Mix Buttermilch Erdbeer (laktosefrei, 6 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,5
Spar S-Budget Molke Mango (10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,5
Stainzer Buttermilch Himbeeren (5 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,5 <sup>b</sup>
Danone Actimel Erdbeere (2,1 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,6
Danone Actimel Erdbeere / Marille (2,1 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,6
Danone Actimel Himbeer-Cranberry (2,1 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,6
Danone Actimel Himbeere (2,1 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,6
Danone Actimel Waldfrucht (2,2 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,6
Schärdinger Feiner Wintertraum Weiße Schoko Kokos (2 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	11,6
Andechser Natur Bio Lassi mild Gewürze (Chai) (bio, 2,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	11,7
Danone Actimel Erdbeer-Banane (2,1 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,7
Danone Actimel Erdbeer-Banane / Himbeere (2,1 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,7
Danone Actimel Kirsche (2 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	11,7
Danone Activia Drink Erdbeer/Kiwi (3,7 % Frucht, 1,6 g Fett pro 100 g/ml, 300 g)	11,7
Milbona Milchdrink Bertas Milchmix (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,7
Milbona Milchdrink Lisas Schokomix (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,7
Müller Müllermilch Schoko (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,7
Müller Müllermilch Vanilla (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	11,7
Andechser Natur Bio Kefir mild Himbeere (bio, 8 % Frucht, 1,2 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	11,8
Andechser Natur Bio Kefir mild Lemon (bio, 6 % Frucht, 1,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,8
Andechser Natur Bio Trinkjoghurt Heidelbeer-Cassis (bio, 8 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,8
Ländle Trinkjoghurt Erdbeere (7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,8
Ländle Trinkjoghurt Pflirsich-Maracuja (7,1 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,8
Nöm to go Schokomilch (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 450 ml)	11,8
Nöm to go Vanillemilch (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 450 ml)	11,8
Ländle Trinkjoghurt Ananas-Kokos (7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,9
Ländle Trinkjoghurt Apfel-Birne (7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	11,9
Nöm to go Heidelbeer Acai (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	11,9

<sup>a</sup> Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.



## Fortsetzung Liste B Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Alpengut Fruchtmolke Exotic (10 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Alpengut Fruchtmolke Mango (10 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Alpengut Fruchtmolke Maracuja (10 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Berg Bauer Sodala Spritzzz Erdbeere-Uhudlertraube (5,1 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Berg Bauer Sodala Spritzzz Grüntee – Lemonice (0,4 % Frucht, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Ein gutes Stück Heimat Bio Trinkjoghurt Apfel-Holunder (bio, 7,7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Ja! natürlich Bananenmilch (bio, 20 % Frucht, 2,9 g Fett pro 100 g/ml, 750 ml)	12,0
Ja! natürlich Schokomilch (bio, 3,8 g Fett pro 100 g/ml, 750 ml)	12,0
Ländle Trinkjoghurt Mango (9,7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,0
Merkur Immer Gut Frühstücksdink Klassisch (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 235 ml)	12,0
Milfina Voll fit Joghurtdrink Erdbeer (2,1 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 125 g)	12,0
Müller Frucht Buttermilch Zitrone (0,4 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	12,0
New Lifestyle Trinkjoghurt Erdbeere (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,0
New Lifestyle Trinkjoghurt Rhabarber Vanille (10,6 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,0
Nöm to go Bananenmilch (0,5 % Frucht, 1,2 g Fett pro 100 g/ml, 450 ml)	12,0
Nöm to go Granatapfel Grüntee (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	12,0
SalzburgMilch Trinkjoghurt Erdbeere (7 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,0
SalzburgMilch Trinkjoghurt Heidelbeer-Vanille (4,5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,0
Schärdinger Schoko Trinkpudding (3,3 g Fett pro 100 g/ml, 125 g)	12,0
Schärdinger Sommertraum Pina Colada (7 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	12,0
Schärdinger Vanille Trinkpudding (3,2 g Fett pro 100 g/ml, 125 g)	12,0
Spar free from Fruchtmolke Mango (laktosefrei, 10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Spar Natur Pur Bio Buttermilch Erdbeer (12 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 500ml)	12,0
Spar Natur pur Bio Buttermilch Marille-Maracuja (bio, 12 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0
Spar Natur pur Bio Trinkjoghurt Apfel-Holunder (bio, 7,7 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	12,0
Spar Natur pur Bio Trinkjoghurt Vanille (bio, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	12,0

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

# Liste C

## – Orientierungskriterien nicht erfüllt Zu hoher Zuckergehalt pro 100 ml/g

### Orientierungskriterien:

- 1) Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei **über 12 g/100 ml bzw. 100 g** (inkl. natürlichem Milchezucker).
- 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 <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Nöm to go Ananas Goji (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	12,1
Alnatura Bergbauern Trinkjoghurt Himbeere (bio, 10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	12,2
Molkerei Biedermann Biolassi Rosenblüte (bio, 10 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,2
Müller Müllermilch Erdbeere (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	12,2
Vitasia India Lassi Erdbeere (13,7 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	12,2
Danone Actimel Multifrucht (2,2 % Frucht, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	12,3
Molkerei Biedermann Biolassi Limette-Ingwer (bio, 4,5 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,4 <sup>b</sup>
Molkerei Biedermann Biolassi Mango laktosefrei (laktosefrei, bio, 8 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,5
Spar S-Budget Molke Maracuja (10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,5
Andechser Natur Bio Lassi mild Mango (bio, 14 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	12,7
Müller Frucht Buttermilch Multivitamin (5,7 % Frucht, 0,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	12,7
Andechser Natur Bio Lassi Himbeere (bio, 10 % Frucht, 2,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	12,8
Danone Fruchtzwerg Drink Erdbeere (6 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	12,8
Molkerei Biedermann Biolassi Ananas-Kokos (bio, 7 % Frucht, 3,3 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,8
Nöm Mix Joghurt Drink Erdbeere (9,7 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	12,8
Bauer Der Laktosefreie Joghurtdrink Kirsch Banane (laktosefrei, 10 % Frucht, 2,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	13,0
Giacomo Bombay Lassi Mango Premium Joghurt Drink (13,6 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g/ml, 234 ml)	13,0
Good Milk Active Drink Erdbeer (4,8 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 117 ml)	13,0
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Himbeer-Preiselbeer (bio, 12 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 475 ml)	13,0
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Mango (bio, 14,5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 475 ml)	13,0
Milbona Joghurt-Drink Pina Colada (1 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	13,0
Milfina Voll fit Joghurttrink Orange (3 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 125 g)	13,0
Molkerei Biedermann Biolassi Mango (bio, 8 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	13,0
Reinhard Schweitzer Choco Bio Schoko Drink (bio, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	13,0
Spar free from Fruchtmolke Maracuja (laktosefrei, 10 % Frucht, 0,2 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	13,0
Andechser Natur Trinkjoghurt Aktiv mit Bio Vanille (bio, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 100 ml)	13,1
Milbona Joghurt-Drink Pfirsich-Maracuja (1 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 711 ml)	13,1
Vitasia India Lassi Mango (13,4 % Frucht, 2,7 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	13,1
Bauer Drink Erdbeere (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 100 ml)	13,2
Good Milk Active Drink Orange (4,7 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 117 ml)	13,2
Milbona Joghurt-Drink Erdbeer (1 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 711 ml)	13,2
Good Milk Active Drink Kirsch-Vanille (8,6 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 125 ml)	13,4
Nöm Mix Joghurt Drink Waldbeere (10 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	13,4
Alnatura Lassi Mango (bio, 8,4 % Frucht, 3,1 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	13,5
Good Milk Joghurtdrink Apfel-Mango (7 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 468 ml)	13,5
Alnatura Bergbauern Trinkjoghurt Mango (bio, 8 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	13,6
Nöm Mix Joghurt Drink Ananas-Kokos (8,5 % Frucht, 1,4 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	13,6
Milbona BIO Lassi Drink Raspberry (2,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	13,8

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

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

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Milbona Joghurt-Drink Erdbeer-Bananen (1 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 711 ml)	13,8
Molkerei Biedermann Biolassi Granatapfel-Holunder (bio, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	13,8
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Erdbeer (bio, 11,6 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 475 ml)	14,0
New Lifestyle Trinkjoghurt Vanille (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 g)	14,0
Nöm Mix Joghurt Drink Pfirsich-Maracuja (11,1 % Frucht, 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	14,0
Yakult (0 g Fett pro 100 g/ml, 65 ml)	14,0
Good Milk Joghurtdrink Erdbeere (6,5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 468 ml)	14,2
Good Milk Joghurtdrink Kirsche-Vanille (9,5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 468 ml)	14,2
Molkerei Biedermann Biolassi Himbeere (bio, 8 % Frucht, 2,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	14,2
Nöm Mix Joghurt Drink Vanille (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 470 ml)	14,2
Good Milk Joghurtdrink Pfirsich-Maracuja (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 468 ml)	14,7
Milbona Joghurt-Drink Stracciatella (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 711 ml)	15,1

<sup>a</sup> Zugewetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

# 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 **Fett**gehalt 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 <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Danone Actimel Classic 0,1 % (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	3,3
Nöm Fasten Joghurt Drink Himbeere (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 480 ml)	3,7
Lattella Light Erdbeer Kiwi (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	3,9
Lattella Light Mango Maracuja (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	3,9
Yakult Plus (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 65 ml) <sup>c</sup>	3,9
Nöm Fasten Vitaldrink Apfel-Karotte (9,7 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,0
Nöm Fasten Vitaldrink Zitrone (2 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,0
Nöm Fasten Vitaldrink Mango (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,1
Good Milk Fruchtmolke Cassis (12 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,7
Müller Fitness Molke Pfirsich-Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,7 <sup>b</sup>
New Lifestyle Fruchtmolke Orange Karotte (10 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,8
Good Milk Fruchtmolke Mango (12 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,9
Good Milk Fruchtmolke Orange-Mandarine (12 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	4,9
Good Milk Fruchtmolke Multifrukt (15 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	5,2
Nöm Fasten Protein Drink Schoko (0,2 g Fett pro 100 g/ml, 236 ml)	5,4
Nöm Fasten Joghurt Drink Erdbeer (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 480 ml)	5,5
Nöm Fasten Protein Drink Vanille (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 236 ml)	5,6
Nöm Fasten Protein Drink Banane (1 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,7
Müller Fitness Molke Orange (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	6,0 <sup>b</sup>
Müller Fitness Molke Tropic (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	6,0 <sup>b</sup>
Müller Fitness Molke Apfel (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	6,2 <sup>b</sup>
Nöm Fasten Joghurt Drink Waldbeer (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 480 ml)	6,9
Müller Müllermilch Die Leichte Schoko (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	7,1
Nöm Fasten Joghurt Drink Pfirsich-Mango (5 % Frucht, 0,1 g Fett pro 100 g/ml, 480 ml)	7,2
Spar Vital Actiplus Drink Mango (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	7,4
Spar Vital Actiplus Drink Multifrukt (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	7,4
Müller Müllermilch Die Leichte Banane (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	7,6
Müller Müllermilch Die Leichte Vanilla (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	7,6
Müller Müllermilch Die Leichte Erdbeere (0,1 g Fett g Fett pro 100 g/ml, 400 ml)	7,7
Spar Vital Actiplus Drink Erdbeer (5 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 100 g)	9,7

<sup>a</sup> *Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).*

<sup>b</sup> *Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.*

<sup>c</sup> *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 <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Cow Cow Dark (bio, 5,4 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	8,0
Cow Cow Brown (bio, 5,0 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	8,7
Milbona Milk Shake Schoko (5,5 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,4
Penny to go milk shake Schoko (5,5 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,4
Müller Müllermilch Select Weiße Schokolade & Pistazie (7,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,0
Spar S-Budget Milch Shake Schoko (5,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,0
Müller Müllermilch Select Weiße Schokolade & Kokos-Mandel (7,7 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,2
Müller Müllermilch Select Weiße Schokolade Himbeere (7,7 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	11,2
Milbona Milk Shake Banane (4,5 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,3
Milbona Milk Shake Erdbeere (3,5 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,3
Penny to go milk shake Banane (4,5 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,3
Penny to go milk shake Erdbeere (3 % Frucht, 5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,3
Milbona Milk Shake Vanille (5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,9
Penny to go milk shake Bourbon Vanille (5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	11,9
S-Budget Milch Shake Bourbon Vanille (5,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,0
S-Budget Milch Shake Erdbeere (3,2 % Frucht, 5,4 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,0
Spar Enjoy Schoko-Drink (4,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	12,0

<sup>a</sup> *Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).*

<sup>b</sup> *Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.*

# Anhang – Kaffeeprodukte

Kaffeeprodukte (alle koffeinhaltig) werden als ergänzende Information angeführt.

## Orientierungskriterien Kaffeeprodukte – Teil 1 von 3

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

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

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Emmi Caffè Latte Strong Macchiato unsweetened (laktosefrei, 2,0 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	4,0
Alnatura Soja Capuccino (bio, laktosefrei, 1,3 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	4,3
dm Bio Soja Cappuccino (bio, laktosefrei, 1,0 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	4,6
Nescafé Xpress Black Roast (0,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,9
Minus L Latte Macchiato (laktosefrei, 4,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	6,3
Iced afro coffee espresso (0,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	6,7
Billa Wiener Melange (4,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	7,0
Shakeria Latte Macchiato (3,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	7,0
Nescafé Xpress Original (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	7,5
Nöm to go Café Espresso (1,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	7,5
Landliebe Laktosefrei Milch Kaffee (laktosefrei, 1,9 g Fett pro 100 g/ml, 479 ml)	7,8
Emmi Caffè Latte Macchiato (4,0 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	8,0
Emmi Caffè Latte Macchiato Decaff (koffeinfrei, 2,5 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	8,0
Iced afro coffee cappuccino (0,6 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,0
Nöm to go Café Cappuccino (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,0
Shakeria Cappuccino (1,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,0
Bellarom Latte Macchiato Kaffeegetränk (4,1 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	8,1
Moreno Your Coffee Latte Macchiato (3,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,1
Nescafé Xpress Choco Mocha (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,1
Nöm to go Café Latte Macchiato (1,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,1
Penny to go Latte macchiato (3,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,1
Penny to go Latte macchiato karamell (3,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,1
Penny to go Latte macchiato vanille (3,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,1
Alnatura Caffè Latte Macchiato (bio, 3,0 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	8,2
Milbona Intenso Kaffeegetränk (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	8,4
Spar Enjoy Latte Macchiato (3,7 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	8,4
Jeden Tag Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,5
Spar S-Budget Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,5
Spar S-Budget Latte Macchiato Karamell special edition (4,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,5
Spar S-Budget Latte Macchiato Vanille (4,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,5
Tizio Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,5
Reinhard Schweitzer Café Bio Latte Macchiato (bio, 1,3 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	8,6
Iced afro coffee cafe latte (0,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,8
Ja! Natürlich Caffè Latte (bio, 2,9 g Fett pro 100 g/ml, 235 ml)	8,8
Müller Typ Kaffee Espresso Macchiato (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,8 <sup>b</sup>
Maresi Eis Café Cappuccino Cream (2,5 g Fett pro 100 g/ml, 235 ml)	8,9
Müller Typ Kaffee Cappuccino (2,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,9 <sup>b</sup>

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

## Fortsetzung Anhang – Kaffeeprodukte

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Müller Typ Kaffee Latte Macchiato (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	8,9 <sup>b</sup>
Natürlich für uns Bio Eiskaffee latte macchiato (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 g)	8,9
Bellarom Espresso Macchiato Kaffeegetränk (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	9,0
Emmi Caffè Latte Caramel New York Edition (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 230ml)	9,0
Emmi Caffè Latte Caramello (1,9 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,0
Emmi Caffè Latte Espresso (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,0
Emmi Caffè Latte Vanilla (2,0 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,0
Gmundner Milch Coffee Drink Classic (1,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,0
Milbona Espresso Macchiato (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	9,0
Molkerei Biedermann Bio Caffè Latte Macchiato (bio, 4,0 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,0
Moreno Your Coffee Latte Espresso (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,0
Penny to go Latte espresso (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,0
Tizio Latte Espresso (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,0
Starbucks Caffè Latte (2,6 g Fett pro 100 g/ml, 220 ml)	9,1
Starbucks Caramel Macchiato (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 220 ml)	9,1
Starbucks Discoveries Cappuccino (2,5 g Fett pro 100 g/ml, 220 ml)	9,1
Starbucks Chocolate Mocha (1,6 g Fett pro 100 g/ml, 220 ml)	9,3
Jacobs Latte Macchiato classic (3,1 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,4
Ja! Natürlich Cappuccino (bio, 3,0 g Fett pro 100 g/ml, 235 ml)	9,6
Jacobs Milka Latte Macchiato (3,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,6
Jeden Tag Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,6
Milbona Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	9,6
Moreno Your Coffee Latte Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,6
Penny to go Latte cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,6
Spar S-Budget Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,6
Billa Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,7
Jacobs Daim Latte Macchiato (3,1 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,7
Jacobs OREO Latte Macchiato (3,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,7
Merkur Immer Gut Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,7
Tizio Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,7
Bellarom Cappuccino Kaffeegetränk (1,3 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	9,8
Jacobs icepresso Latte (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,9
Nescafé frappé Eiskaffee (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	9,9
Emmi Caffè Latte Cappuccino (1,2 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,0
Jacobs icepresso (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	10,0
Merkur Immer Gut Latte Macchiato (3,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,0
Billa Latte Macchiato (3,0 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	10,2
Schärdinger Sommertraum Eiskaffee (1,4 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	11,0

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

## Fortsetzung Anhang – Kaffeeprodukte

### Orientierungskriterien Kaffeeprodukte – Teil 2 von 3

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

Produkt	Gesamt-zucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Billa Latte Macchiato light (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	3,8
Merkur Immer Gut Latte Macchiato Light (0,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	3,8
Nöm Fasten Protein Drink Cappuccino (0,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,4
Emmi Caffé Latte Light (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 230 ml)	5,5
Milbona Der Leichte Latte Macchiato ( 0,8 g Fett pro 100 g/ml, 330 ml)	5,9
Moreno Your Coffee Latte Macchiato Light (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,9
Penny to go Latte macchiato light (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,9
Spar S-Budget Latte Macchiato Light (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,9
Tizio New Lifestyle Latte Macchiato light (0,8 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	6,1

### Orientierungskriterien Kaffeeprodukte – Teil 3 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 **Fettgehalt** liegt bei **über 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Produkt	Gesamt-zucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Maresi Eis Café Classic Cream (4,7 g Fett pro 100 g/ml, 235 ml)	9,2

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.

<sup>c</sup> Produkt ist mit Steviolglykosiden gesüßt.



# Anhang

## – Alternative Produkte

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

### Orientierungskriterien alternative Produkte – Teil 1 von 2

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

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

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Provamel Joghurtalternative "Frühstück" Natur (bio, 2,3 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	0,0
Provamel Cashew Drink (bio, 2,4 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	0,3
Provamel Mandel Drink (bio, 2,9 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	2,2
Provamel Soja-Calcium-Drink „Frischer Geschmack“ (2,1 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	2,4
Provamel Sojadrink Calcium (bio, 2,1 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	2,4
Provamel Macadamia Drink (bio, 2,6 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	2,5
Provamel Haselnuss Drink (bio, 2,3 g Fett pro 100 g/ml, 500 ml)	2,7
Ecomil Mandeldrink mit Agavensirup (bio, 2,1 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	3,8
Oatly Haferdrink Calcium (bio, 1,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	4,0
Oatly Haferdrink Vanille (bio, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,5
Provamel Sojadrink Erdbeer (bio, 2,1 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,7
Provamel Sojadrink Vanille (bio, 1,9 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	5,7
lima Rice drink Choco (bio, 1,7 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	6,0
Provamel Reis-Kokos Drink (bio, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	6,5
JOYA Soja Drink Vanille (1,9 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	6,6
Probios Rice & Rice Drink Natural (bio, 1,1 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	7,0
Alnatura Soja Drink Schoko (bio, 1,8 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	7,1
Oatly Haferdrink Schokolade (bio, 0,5 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	7,5
Provamel Reis-Kokos Drink Ananas (9 % Frucht, 0,9 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	7,5
JOYA Soja Drink Schoko (2,3 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	7,6
Provamel Reis-Kokos Drink „Frischer Geschmack“ (0,7 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	7,7
Provamel Sojadrink Schokolade (bio, 2,2 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	7,9
Probios Rice & Rice Drink Kakao (bio, 2,0 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	9,0
Provamel Sojadrink Banane (bio, 2,3 g Fett pro 100 g/ml, 250 ml)	9,2
Probios Rice & Rice Drink Mandel (bio, 1,9 g Fett pro 100 g/ml, 200 ml)	9,5
Provamel Joghurtalternative "Frühstück" Vanille (bio, 2,0 g Fett pro 100 g/ml, 750 g)	9,5
Harvest Moon Soja Shake Mango & Maracuja (bio, 0,4 g Fett pro 100 g/ml, 300 ml)	10,2

### Orientierungskriterien alternative Produkte – Teil 2 von 2

- 1) Der **Gesamtzucker** 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).

Produkt	Gesamtzucker <sup>a</sup> (g pro 100 ml/g)
Harvest Moon Soja Shake Kakao, Banane & Vanille (bio, 0,6 g Fett pro 100 g/ml, 300 ml)	12,8

<sup>a</sup> Zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker (siehe Erläuterung Punkt b).

<sup>b</sup> Aufgrund fehlender Verpackungsangaben wurde der Kohlenhydrat- dem Zuckergehalt gleichgesetzt.