

Getränkliste

Getränke nach Zuckergehalt sortiert

Aufgrund des großen Angebots an verschiedenen Produkten, in denen unterschiedliche Mengen an Zucker enthalten sind, soll die Getränkliste eine einfache Orientierungshilfe zur Produktauswahl bieten.

Bei der Getränkliste, die vom unabhängigen vorsorgemedizinischen Institut SIPCAN – Initiative für ein gesundes Leben erstellt wurde, handelt es sich um einen Praxisleitfaden. Neben dem Zucker- und Süßstoffgehalt bietet die Liste auch Informationen, sofern auf der jeweiligen Produktverpackung erwähnt, über den Fruchtanteil an sowie darüber, ob ein Produkt biologisch oder koffeinhaltig ist. Für die Erstellung wurden bundesweit über den Einzel- und Großhandel bzw. durch direkte Kontaktaufnahme mit den Getränkeproduzenten über 750 Produkte in (verschließbaren) PET-Gebinden sowie Kartonverpackungen von 0,20 bis 0,75 Liter erhoben. (Anmerkung: Spezielle isotonische Sportgetränke, Energy Drinks und Getränke aus PostMix-Automaten werden im Anhang gelistet.) Die Liste richtet sich sowohl an Konsumenten als auch an Multiplikatoren und Fachpersonal.

Das vorliegende Dokument enthält alle recherchierten Produkte nach Zuckergehalt geordnet. Zusätzlich zu diesem Dokument steht auch eine Darstellung geordnet nach Alphabet 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 zur Produktauswahl wurden folgende Orientierungskriterien festgelegt^a:

- 1) Der **Zuckergehalt^b** liegt bei **max. 7,4 g/100 ml** (inkl. natürlich enthaltenem Zucker).
- 2) Es sind **keine Süßstoffe^c** enthalten.

Neben den genannten Kriterien wird empfohlen, auch folgende Aspekte zu beachten:

- **Weitere Inhaltsstoffe:** z.B. Teein/Koffein^d oder bestimmte Farbstoffe (z.B. Azofarbstoffe) 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)
- **Zuckerquelle:** Natürlicher Zuckergehalt ist gegenüber zugesetzten Zuckern (z.B. Fruchtzucker, Traubenzucker oder auch Süßstoffe) zu bevorzugen. Je höher der Fruchtanteil, desto höher der Anteil an natürlichen Zuckern. (Anmerkung: Der Fruchtanteil wird in der Liste angegeben, wenn auf dem Produkt oder aus Firmenangaben ersichtlich).



Für das Getränkeangebot an Schulen gilt folgende Orientierungshilfe:

- 1) Im Produktsortiment sind mindestens 8 von 10 Getränken ideale Durstlöscher (siehe Liste A) bzw. Produkte mit moderatem Zuckergehalt und ohne Süßstoffe (siehe Liste B).
- 2) 80 % der Verkaufsfläche für Getränke (Anzahl der Tasten bzw. Verkaufreihen bei Getränkeautomaten) wird für diese Produkte verwendet.

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

Orientierungskriterien erfüllt

- **Liste A** – (ideale Getränke)
- **Liste B** – (alle Kriterien werden erfüllt)

Orientierungskriterien nicht erfüllt

- **Liste C** – (zu hoher Gesamtzuckergehalt pro 100 ml)
- **Liste D** – (es sind Süßstoffe enthalten)

| Orientierungskriterien | Liste | Zuckergehalt von max. 7,4 g/100 ml | Keine Süßstoffe enthalten |
|------------------------|----------------|------------------------------------|---------------------------|
| erfüllt | Liste A | JA | JA |
| | Liste B | JA | JA |
| nicht erfüllt | Liste C | NEIN | JA |
| | Liste D | 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 speziellen Sportgetränken, Energy Drinks und Getränke aus PostMix-Automaten

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 Getränkeliste 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.

Erläuterungen

- ^a Die einzelnen Orientierungskriterien wurden in Zusammenarbeit mit einer ExpertInnengruppe festgelegt (siehe www.sipcan.at). Der Praxisleitfaden für Getränke 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 angenommenen 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 mit einem halben Liter Getränk (gängige Gebinde) maximal die Hälfte dieser täglichen Obergrenze aufgenommen werden sollte, ergibt sich ein Wert von 30 g pro 500 ml. Dies entspricht einem Wert von 6 g Zucker pro 100 ml. Unter Berücksichtigung eines Toleranzbereichs von 25 %, kann ein Getränk maximal 7,4 g zugesetzten Zucker pro 100 ml beinhalten.
- ^c 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.⁴ 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-Höchstmenge 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.⁵
- ^d Teein ist dieselbe chemische Verbindung wie Koffein. Eine Tasse Schwarztee bzw. Grüntee enthält ca. 20-50 mg Koffein, ein halber Liter koffeinhaltiger Softdrink ca. 60 mg und eine Tasse Kaffee ca. 80 mg. Eine Dose (250 ml) Energiedrink enthält ebenfalls ca. 80 mg Koffein.^{6,7} Bei einem 10-jährigen Kind (Gewicht ca. 30 kg) kann der Konsum von koffeinhaltigen Getränken 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.^{8,9}

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-S137.
- ³ D-A-CH (2008): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, Umschau/Braus, Frankfurt am Main.
- ⁴ 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).
- ⁵ Brown RJ, de Banate MA, Rother KI (2010): Artificial sweeteners: a systematic review of metabolic effects in youth, Int. J Pediatr Obes. 4:305-12.
- ⁶ DGE (2007): Kaffee bzw. Koffein und Schwangerschaftsrisiken
URL: <http://www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/fachinformationen/koffein-und-schwangerschaftsrisiken/> (Stand: 02.2015).
- ⁷ Oddy WH, O'Sullivan TA (2009): Energy drinks for children and adolescents BMJ, 339:b5268.
- ⁸ Food Information Council (2007): Koffein und Gesundheit, URL: <http://www.eufic.org/article/de/ernaehrung/funktionale-lebensmittel/artid/Koffein-Gesundheit/> (Stand: 02.2015).
- ⁹ 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, 33:793-8.

Liste A – ideale Getränke

Als ideale **Durstlöscher** gelten:

- **Wasser**
- **Mineralwasser**
- **Kräuter- und Früchtetees** (ungesüßt)
- **Gespritzte Fruchtsäfte** (1:3 verdünnt)



Hinweise:

- Aus Gründen der einfacheren Darstellung werden im Handel erhältliche ungesüßte **Mineralwässer** nicht detailliert aufgelistet, sondern automatisch als ideale Durstlöscher gezählt.
- **100 %ige Fruchtsäfte und Smoothies** zählen wie Milchgetränke zu Lebensmitteln und sind deshalb nicht in der Getränkeliste enthalten. Als Lebensmittel kann 1 Glas 100 %iger Fruchtsaft pro Tag eine Portion Obst ersetzen. Als Durstlöscher sollten jedoch stets gespritzte Fruchtsäfte genutzt werden.
- **Gespritzte Fruchtsäfte:**
 - Sie sollten idealerweise im Verhältnis 1:3 gespritzt sein (1 Teil 100 %iger Fruchtsaft + 3 Teile Wasser/Mineralwasser). Sollte dies im Handel nicht verfügbar sein, wird eine Verdünnung von mindestens 1:1 oder höher empfohlen. Auf Produktverpackungen steht im Fall einer 1:1 Verdünnung „mit 50 % Fruchtanteil“, bei einer Verdünnung von 1:2 „mit 30 % Fruchtanteil“.
 - Es sollte ihnen zudem kein Zucker zusätzlich zugesetzt sein. Achten Sie deshalb auf die Verpackung.
 - Aufgrund der stark variierenden Zuckergehalte werden im Handel erhältliche **gespritzte Fruchtsäfte** mit einem Zuckergehalt von bis 7,4 g/100 ml in der Liste B (akzeptable Getränke) angeführt.
- **Definitionen laut Fruchtsaftverordnung (österreichisches Lebensmittelbuch)**
 - **Fruchtsaft:** 100 % aus der jeweiligen Frucht. Entweder direkt gepresst, erhitzt und abgefüllt oder konzentriert und mit Wasser aufgefüllt.
 - **Fruchtnektar:** Saftanteil zwischen 25 – 50 %, Wasser und Zucker (Zuckerarten) und/oder Honig (Zucker, Zuckerarten und Honig bis zu höchstens 20 % des Gesamtgewichtes).
 - **Fruchtsaftgetränk:** Saftanteil zwischen 6 – 30 %, Wasser, Zucker, Aromaextrakte und/oder natürliche Aromen, Genusssäuren. Farb- und Konservierungsstoffe erlaubt. Zitrusgetränke: Orangeade, Zitronade.
 - **Limonade:** kein Fruchtsaftanteil bzw. bei Hinweis auf Saft: 3 – 15 %, Wasser, Zucker, Aromen, Genusssäuren. Weiters möglich: Chinin, Koffein, Molkenerzeugnisse, Farbstoffe, Vitamin C, Verdickungsmittel, Süßstoffe, Konservierungsmittel.
 - **Fruchtsirup:** geringer Fruchtanteil, dickflüssige Zubereitung aus Fruchtsaft mit bis zu 68 % Zucker und Wasser.

Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

Orientierungskriterien:

- Der **Zuckergehalt** liegt bei **maximal 7,4 g pro 100 ml** (inkl. fruchteigenem Zucker).
- Es sind **keine Süßstoffe** enthalten.

Alle Produkte in Liste B enthalten max. 7,4 g Zucker pro 100 ml und keine Süßstoffe. Orientieren Sie sich innerhalb der Liste an Produkten mit geringem Zuckergehalt!

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Frankenmarkter Mineralwasser Zitrone | | 0,0 |
| Ganic Citric Lemongrass | | 0,0 |
| Ganic Cranberry Pearl | | 0,0 |
| MONO Tee Grüner Tee Ingwer (bio) | ✓ | 0,0 |
| MONO Tee Kräutertee Zitronengras-Apfelminze (bio) | ✓ | 0,0 |
| nuapua Ananas-Mango-Orange | | 0,0 |
| nuapua Apfel-Kirsche | | 0,0 |
| nuapua Birne-Brombeere-Nelke | | 0,0 |
| nuapua Gurke-Lemongras | | 0,0 |
| nuapua Holunderblüte-Minze-Limette | | 0,0 |
| nuapua Ingwer-Zitronenmelisse | | 0,0 |
| nuapua Karamell-Vanille | | 0,0 |
| nuapua Mango-Orange | | 0,0 |
| Ohnly cool down + relax (bio) | | 0,0 |
| Ohnly refresh + detox (bio) | | 0,0 |
| Ohnly spice up + energise (bio) | ✓ | 0,0 |
| Pfanner Pure Tea Bio Grüner Tee (bio) | ✓ | 0,0 |
| Pfanner Pure Tea Bio Schwarzer Tee (bio) | ✓ | 0,0 |
| Römerquelle Minze | | 0,0 |
| Römerquelle Zitrone | | 0,0 |
| Frankenmarkter Holunder-Birne | | 0,1 |
| Güssinger Mineralwasser mit Zitronengeschmack (1 % Frucht) | | <0,1 |
| BeliQua Schwarze Johannisbeere – Rotes Weinlaub – Vitamin C | | 1,5 |
| BeliQua Vitamin C – Olivenblattextrakt – Mateextrakt | | 1,5 |
| Gasteiner Elements BERGLUFT Holunderblüte-Minze (1 % Frucht) | | 2,2 |
| Alnatura Coco Drink natur (bio) | | 2,3 |
| Frankenmarkter Birne-Melisse | | 2,3 |
| Frankenmarkter Waldbeere (1 % Frucht) | | 2,4 |
| Dr. Antonio Martins Coco Juice Grüner Tee & weißer Pfirsich (bio) | | 2,6 |
| Dr. Antonio Martins Coco Juice Mango (bio) | | 2,6 |
| Dr. Antonio Martins Coco Juice Pur (bio) | | 2,6 |
| Inaara Kokoswasser 100 % | | 2,6 |
| Frankenmarkter mit Vitaminen Apfel | | 2,7 |
| Alnatura Tee & Saft Apfel-Rote Früchte (bio, 25 % Frucht) | | 2,8 |
| Alnatura Wasser & Saft Apfel-Mango-Banane (bio, 25 % Frucht) | | 3,0 |
| Hipp Birne + Limette mit stillem Mineralwasser (33% Frucht) | | 3,1 |
| HIPP Holunderblüte in Apfel-Birne mit stillem Mineralwasser (33 % Frucht) | | 3,2 |
| Peterquelle MiZi Mineral-Zitron (27,3 % Frucht) | | 3,2 |
| Babylove Apfel-Himbeere-Kirsche mit stillem Mineralwasser (bio, 40 % Frucht) | | 3,3 |
| HIPP BIO-Apfel mit stillem Wasser (bio, 33 % Frucht) ^b | | 3,3 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Hipp Bio-Saft & Mineralwasser Milder Apfel (bio, 33 % Frucht) | | 3,3 |
| Hipp Bio-Tee & Saft Fenchel-Tee mit Apfel (bio, 33 % Frucht) | | 3,3 |
| Hipp Purer Apfel mit stillem Mineralwasser (bio, 33 % Frucht) | | 3,3 |
| Hofer Well+Active Wasser + Marille/Holunderblüte (1 % Frucht) | | 3,3 |
| Römerquelle himbeere melone (1,1 % Frucht) | | 3,3 |
| Gasteiner Elements MORGENFRISCHE Mirabelle-Ringelblume (1 % Frucht) | | 3,4 |
| Hipp Früchte-Tee mit Birne und Granatapfel (33 % Frucht) | | 3,4 |
| Hipp Multifrucht mit stillem Mineralwasser (bio, 33 % Frucht) | | 3,4 |
| now naturell Apfel Traube (bio, 21 % Frucht) | | 3,4 |
| Römerquelle emotion marille holunderblüte (1 % Frucht) | | 3,4 |
| Bebivita Apfel (35% Frucht) | | 3,5 |
| Bebivita Tee & Saft Fencheltee mit Apfelsaft (35% Frucht) | | 3,5 |
| Clever Wasser Plus Erdbeere Brombeere (1 % Frucht) | | 3,5 |
| Gasteiner Elements EISFRISCHE Gletschereis | | 3,5 |
| HIPP Apfelsaft mit stillem Mineralwasser (36 % Frucht) | | 3,5 |
| Hipp Rote Früchte mit stillem Mineralwasser (bio, 33 % Frucht) | | 3,5 |
| Hofer Well+Active Wasser + Brombeer-Limette (2 % Frucht) | | 3,5 |
| Vöslauer Balance Himbeere-Zitrone (5 % Frucht) | | 3,5 |
| Waldquelle Zitrone naturtrüb (1 % Frucht) | | 3,5 |
| Gasteiner Elements ALPENGLÜHEN Preiselbeere-Pfeffer (1 % Frucht) | | 3,6 |
| Römerquelle emotion brombeere limette (2 % Frucht) | | 3,6 |
| Hipp Apfel Kirsche mit stillem Mineralwasser (bio, 33 % Frucht) | | 3,7 |
| Römerquelle emotion ananas zitrone (2 % Frucht) | | 3,7 |
| Römerquelle emotion apfel ribisel (2 % Frucht) | | 3,7 |
| Wake up Wasser + Rote Traube (1 % Frucht) | | 3,7 |
| Babylove Apfel-Mandarine-Acerola mit stillem Mineralwasser (bio, 40 % Frucht) | | 3,8 |
| Babylove Apfel-Waldfrüchte mit stillem Mineralwasser (40 % Frucht) | | 3,8 |
| Dr. Antonio Martins Coco Juice Aprikose (bio, 16 % Frucht) | | 3,8 |
| Vöslauer Balance Apfel-Cranberry (1 % Frucht) | | 3,8 |
| Vöslauer Balance Erdbeere-Pfeffer (1 % Frucht) | | 3,8 |
| Vöslauer Balance Rote Traube (1 % Frucht) | | 3,8 |
| Wake up Wasser + Erdbeer-Pfeffer (1 % Frucht) | | 3,8 |
| Hofer Well+Active Wasser + Birne/Melisse (3 % Frucht) | | 3,9 |
| Spar S-Budget Aqua+ Erdbeer-Pfeffer (1 % Frucht) | | 3,9 |
| Alnatura Coco Drink Mango (bio, 15 % Frucht) | | 4,0 |
| Arlberg GletscherEis Heidelbeere | | 4,0 |
| Arlberg GletscherEis Limette | | 4,0 |
| Arlberg GletscherEis Mango | | 4,0 |
| Babylove Birne-Traube mit stillem Wasser (bio, 45 % Frucht) | | 4,0 |
| Rauch Yippy Water Apple Surf (0,2 % Frucht) | | 4,0 |
| Rauch Yippy Water Blackberry Catch (0,2 % Frucht) | | 4,0 |
| Rauch Yippy Water Strawberry Dive (0,2 % Frucht) | | 4,0 |
| Spar S-Budget Aqua+ Brombeer-Limette (0,5 % Frucht) | | 4,0 |
| Waldquelle Grapefruit naturtrüb (1,2 % Frucht) | | 4,0 |
| Waldquelle Heidelbeer Veilchen | | 4,0 |
| Waldquelle Himbeere | | 4,0 |
| Waldquelle Ribisel | | 4,0 |
| Waldquelle Waldbeeren | | 4,0 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Babylove Apfel - schwarze Johannisbeere - Holunder mit stillem Mineralwasser (45 % Frucht) | | 4,1 |
| Bebivita Traube-Johannisbeere in Birne (35% Frucht) | | 4,1 |
| DM Bio Rhabarber Trauben Schorle (bio, 50 % Frucht) | | 4,1 |
| Hipp Bio-Saft & Mineralwasser Milde Birne (bio, 45 % Frucht) | | 4,1 |
| Hofer Well+Active mit Frucht Lemon (7 % Frucht) | | 4,1 |
| Römerquelle emotion birne melisse (3 % Frucht) | | 4,1 |
| Vöslauer Balance Juicy Pink Grapefruit (7 % Frucht) | | 4,1 |
| Waldquelle Orange naturtrüb (1,2 % Frucht) | | 4,1 |
| Waldquelle Pfirsich Malve | | 4,1 |
| Alnatura Rhabarber-Trauben Schorle (50% Frucht) | | 4,2 |
| Alnatura Trauben Schorle (bio, 50 % Frucht) | | 4,2 |
| now naturell Orange Mango (bio, 32 % Frucht) | | 4,2 |
| Schlacher Requell Holunder Minze (5 % Frucht) | | 4,2 |
| Vitamin Well Antioxidant Pfirsich | ✓ | 4,2 |
| Vitamin Well Care Grapefruit | | 4,2 |
| Vitamin Well Defence Zitrone-Holunderblüte | ✓ | 4,2 |
| Vitamin Well Reload Zitrone-Limette | | 4,2 |
| Vöslauer Balance Juicy Zitrone (7 % Frucht) | | 4,2 |
| Waldquelle Apfel Melisse | | 4,2 |
| Waldquelle Birne Holunder | | 4,2 |
| Waldquelle Roter Apfel (2 % Frucht) | | 4,2 |
| Bionade Ingwer-Orange (bio) | | 4,3 |
| Clever Wasser Plus Birne Melisse (3 % Frucht) | | 4,3 |
| Hofer Well+Active mit Frucht Pink Grapefruit (7 % Frucht) | | 4,3 |
| Pfanner IceTea Lemon-Lime 30 % weniger Zucker (2 % Frucht) | ✓ | 4,3 |
| Pfanner IceTea Pfirsich 30 % weniger Zucker (1 % Frucht) | ✓ | 4,3 |
| Pfanner IceTea Wildkirsche 30 % weniger Zucker (0,3 % Frucht) | | 4,3 |
| Schlacher Requell Johannisbeere (5 % Frucht) | | 4,3 |
| Bionade Streuobst (bio, 5,6 % Frucht) | | 4,4 |
| Carpe Diem Kombucha Classic fresh | | 4,4 |
| Carpe Diem Kombucha Quitte fresh (0,3 % Frucht) | | 4,4 |
| Ganic Good Vibes (Pineapple Kiwi) | | 4,4 |
| Peterquelle HiZi Himbeer-Zitron (3 % Frucht) | | 4,4 |
| SilberQuelle Birne-Holunder (2 % Frucht) | | 4,4 |
| Vöslauer Balance Juicy Mango-Pfirsich (7 % Frucht) | | 4,4 |
| Babylove Apfel-Erdbeere-Himbeere mit stillem Mineralwasser (bio, 40 % Frucht) | | 4,5 |
| Brunner Orangensaft gspritzt (50 % Frucht) | | 4,5 |
| Carpe Diem Kombucha Cranberry fresh (5,1 % Frucht) | | 4,5 |
| Ganic Love Juice (Wild Plum) | | 4,5 |
| Schlacher Requell Erdbeere (5,5 % Frucht) | | 4,5 |
| SilberQuelle Birne-Melisse (3 % Frucht) | | 4,5 |
| SilberQuelle Limette-Brombeere | | 4,5 |
| Spar S-Budget Aqua+ Birne-Melisse (3 % Frucht) | | 4,5 |
| Vöslauer Balance Ananas-Grapefruit (3,9 % Frucht) | | 4,5 |
| Vöslauer Balance Green Holunder-Gurke (4 % Frucht) | ✓ | 4,5 |
| Babylove BIO Fencheltee mit Apfelsaft (bio, 40 % Frucht) | | 4,6 |
| Ganic Golden Rush (Mango Citric) | | 4,6 |
| SilberQuelle Jostabeere (1 % Frucht) | | 4,6 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Volvic Erdbeere | | 4,6 |
| Vöslauer Balance Wassermelone (1 % Frucht) | | 4,6 |
| Almdudler gespritzt mit Zitrone | | 4,7 |
| Bionade Litschi (bio) | | 4,7 |
| Little Miracles Rooibostee, Holunder, Ingwer, Ginseng, Agave (bio, 6 % Frucht) | | 4,7 |
| Rauch EisTee "weniger Zucker" Pfirsich (4,4 % Frucht) | ✓ | 4,7 |
| Rauch EisTee "weniger Zucker" Zitrone (1,5 % Frucht) | ✓ | 4,7 |
| Bionade Himbeer-Pflaume (bio) | | 4,8 |
| Ganic Daily Max (Grape Acai) | ✓ | 4,8 |
| HIPP Frucht & Vitamin C (50 % Frucht) | | 4,8 |
| Michelbergers Fountain of Youth Kokosnusswasser ^b | | 4,8 |
| Schlacher Requell Birne (6 % Frucht) | | 4,8 |
| Volvic Zitrone - Limette | | 4,9 |
| Bionade Holunder (bio,) | | 5,0 |
| Bionade Kräuter (bio) | | 5,0 |
| DM Bio Apfel Johannisbeer Schorle (bio, 50 % Frucht) | | 5,0 |
| FruchtTiger Früchtejagd (55 % Frucht) | | 5,0 |
| FruchtTiger Vitaminschatz (55 % Frucht) | | 5,0 |
| Granny's Sport (45 % Frucht) | | 5,0 |
| EZA Mate Grüntee Maracuja (bio, 1 % Frucht) | ✓ | 5,1 |
| EZA Rotbusch Eistee Limette (bio) | | 5,1 |
| EZA Rotbusch-Eistee Maracuja (bio) | | 5,1 |
| Little Miracles Zitronengras, Orange, Ingwer, Ginseng, Agave (bio, 5 % Frucht) | | 5,1 |
| Waldquelle Weiße Traube | | 5,1 |
| Almdudler still | | 5,2 |
| Bionade Zitrone-Bergamotte (bio) | | 5,2 |
| Brunner Apfelspritzer (50 % Frucht) | | 5,2 |
| Dr. Antonio Martins Coco Juice Ananas & Acerola (bio, 28 % Frucht) | | 5,2 |
| FruchtTiger Dschungelspaß (55 % Frucht) | | 5,2 |
| Schartner Polo Apfel Spritzer (55 % Frucht) | | 5,2 |
| Adelholzener Bio Schorle Apfel (bio, 50 % Frucht) | | 5,3 |
| Alnatura Apfel-Johannisbeer Schorle (50% Frucht) | | 5,3 |
| EZA Mate Eistee (bio) | ✓ | 5,3 |
| MPreis Apfel gespritzt (50 % Frucht) | | 5,3 |
| SilberQuelle Apfelsaft g'spritzt | | 5,3 |
| Carpe Diem Matcha Sparkling Green Tea nashi & ingwer (10,5 % Frucht) | ✓ | 5,4 |
| GOAL Biene Maja Multifrukt (55 % Frucht) | | 5,5 |
| Vöslauer Biolimo Zitrone (bio, 3 % Frucht) | | 5,5 |
| Arlberg Aktiv Himbeer-Melone (4 % Frucht) | | 5,6 |
| Arlberg Aktiv Pfirsich & Melisse (5 % Frucht) | | 5,6 |
| Hofer Frucht Surfer Apfel-Beerenmix (55 % Frucht) | | 5,6 |
| OBI gspritzt (55 % Frucht) | | 5,6 |
| Tranquini Jade ^b | ✓ | 5,6 |
| GOAL Prinzessin Emmy Kirsche (55 % Frucht) | | 5,7 |
| Hofer Frucht Surfer Apfel-Pfirsich-Marille (55 % Frucht) | | 5,7 |
| simplee aloe apple & mango (20 % Frucht) | | 5,7 |
| Sinalco Apfelschorle (55 % Frucht) | | 5,7 |
| Spar natur pur Bio-Apfelsaft gespritzt (bio, 60 % Frucht) | | 5,7 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Spar Steirischer gespritzt (60 % Frucht) | | 5,7 |
| Vöslauer Biolimo Himbeere (bio, 3 % Frucht) | | 5,7 |
| all i need. inspiring green tea (bio) ^b | ✓ | 5,8 |
| Freeway Apfelsaft gespritzt (60 % Frucht) | | 5,8 |
| Mojo Vitaminwater Active Mango Peach | | 5,8 |
| Mojo Vitaminwater Balance Dragonfruit | | 5,8 |
| Adelholzener Bio Schorle Apfel Traube (bio, 50 % Frucht) | | 5,9 |
| GOAL Apfel gespritzt (60 % Frucht) | | 5,9 |
| Granny's Apfelsaft gespritzt (55 % Frucht) | | 5,9 |
| Green Panda Chia Drink Birne-Spinat (bio, 19 % Frucht) | | 5,9 |
| Hofer Active Fruits + Mineralwasser Birne Zwetschke (30 % Frucht) | | 5,9 |
| Hofer Happy Fruits g'spritzt Apfelsaft (60 % Frucht) | | 5,9 |
| Little Miracles Grüner Tee, Ginseng, Granatapfel, Acai, Agave (bio, 4,7 % Frucht) | ✓ | 5,9 |
| Granny's Apfelsaft mit stillem Wasser (55 % Frucht) | | 6,0 |
| Lipton Ice Tea Lemon (0,1 % Frucht) | ✓ | 6,0 |
| Peterquelle Steirischer Genussapfelspritzer (55 % Frucht) | | 6,0 |
| Arlberg Durstlöcher Apfelsaft gespritzt (60 % Frucht) | | 6,1 |
| Billa 4 kids Eistee Pfirsich | | 6,1 |
| Chia Birds (bio) | ✓ | 6,1 |
| Dr. Antonio Martins Coco Juice Banane (bio, 24 % Frucht) | | 6,1 |
| Little Miracles Weißer Tee, Ginseng, Kirsche, Acai, Agave (bio, 4,6 % Frucht) | ✓ | 6,1 |
| Pfanner Apfelsaft gespritzt (60 % Frucht) | | 6,1 |
| Adelholzener Bio Johannisbeere (bio, 10 % Frucht) | | 6,2 |
| DM Bio Apfel Schorle (bio, 60 % Frucht) | | 6,2 |
| HIPP Frucht & Multivitamin (55 % Frucht) | | 6,2 |
| Höllinger Bio Apfel-Kirsche mit stillem Wasser (bio, 60 % Frucht) ^b | | 6,2 |
| Vöslauer Biolimo Orange (bio, 3 % Frucht) | | 6,2 |
| Willi Dungal g'spritzt Kraft für den Tag (60 % Frucht) | | 6,2 |
| Hofer Active Fruits + Mineralwasser Apfel Cranberry (30 % Frucht) | | 6,3 |
| Hofer Active Fruits + Mineralwasser Apfel Himbeere Granatapfel (30 % Frucht) | | 6,3 |
| Hofer zurück zum Ursprung Apfelsaft g'spritzt (bio, 60 % Frucht) | | 6,3 |
| Höllinger Bio Apfel mit Wasser ohne Kohlensäure (bio, 60 % Frucht) ^b | | 6,3 |
| Höllinger Bio Apfelspritzer (bio, 60 % Frucht) | | 6,3 |
| Höllinger Bio Apfel-Traube mit stillem Wasser (bio, 60 % Frucht) ^b | | 6,3 |
| Merziger Fresh Apple (60% Frucht) | | 6,3 |
| SilberQuelle Holler g'spritzt | | 6,3 |
| Spar Jack's Juice Apfel (40 % Frucht) ^b | | 6,3 |
| DM Das Gesunde Plus Apfel-Kirsche-Holunder (50 % Frucht) | | 6,4 |
| Hipp Frucht Plus Vitamin C Multifrukt (50 % Frucht) | | 6,4 |
| Little Miracles Black Tea, Ginseng, Peach, Acai, Agave (bio, 7,1 % Frucht) | ✓ | 6,4 |
| Pfanner Johannisbeere gespritzt (12,5 % Frucht) | | 6,4 |
| Rauch Happy Day Orangen Spritzer (20 % Frucht) | | 6,4 |
| Alete Frucht & Mineral Birne Apfel (60,9 % Frucht) ^b | | 6,5 |
| Billa Apfelsaft g'spritzt (60 % Frucht) | | 6,5 |
| DM Das Gesunde Plus Apfel-Limette-Maracuja (50 % Frucht) | | 6,5 |
| Freeway Ice Tea Peach (0,1 % Frucht) | ✓ | 6,5 |
| GOAL Wickie Apfel-Johannisbeere (55 % Frucht) | | 6,5 |
| Höllinger Bio Holunderblüten Sprizz (bio) | | 6,5 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Höllinger Bio Johannisbeer Sprizz (bio, 12 % Frucht) | | 6,5 |
| Höllinger Bio Lemon Sprizz (bio, 12 % Frucht) | | 6,5 |
| Höllinger Bio Orange Sprizz (bio, 12 % Frucht) | | 6,5 |
| Müller Bio Primo Kräuter Limonade (bio) | | 6,5 |
| Pago Mango gespritzt (14 % Frucht) | | 6,5 |
| Pfanner Fairtrade Orange gespritzt (20 % Frucht) | | 6,5 |
| Pfanner Green Tea Lemon-Lychee (2 % Frucht) | ✓ | 6,5 |
| Pfanner Green Tea Zitrone-Kaktusfeige (0,6 % Frucht) | ✓ | 6,5 |
| Rauch Happy Day Apfel Spritzer (60 % Frucht) | | 6,5 |
| Tranquini ^b | ✓ | 6,5 |
| Adelholzener Bio Kirsche (bio, 13,5 % Frucht) | | 6,6 |
| fitrabbio Bio Drachen Trank (bio, 75 % Frucht) ^b | | 6,6 |
| Frucade Orangenlimonade g'spritzt (7 % Frucht) | | 6,6 |
| Hofer Pure Fruits g'spritzt Apfel naturtrüb (60 % Frucht) | | 6,6 |
| Pago Apfel gespritzt (61 % Frucht) | | 6,6 |
| Pfanner IceTea Lemon-Lime (1,5 % Frucht) | ✓ | 6,6 |
| Pfanner IceTea Pfirsich (1 % Frucht) | ✓ | 6,6 |
| Sol Mate Original | ✓ | 6,6 |
| Almdudler Holunder | | 6,7 |
| Almdudler Minze | | 6,7 |
| Alnatura Apfel Schorle (bio, 60 % Frucht) | | 6,7 |
| Arizona Original Green Tea with Honey | ✓ | 6,7 |
| Arlberg Aktiv Erdbeer-Zitrone-Traube (10 % Frucht) | | 6,7 |
| Cappy Orange g'spritzt (30 % Frucht) | | 6,7 |
| Höllinger Bio Kirsche Sprizz (bio, 5 % Frucht) | | 6,7 |
| Höllinger naturtrüber Apfel Spritzer (60 % Frucht) | | 6,7 |
| Höllinger Vitamin Apfel (60 % Frucht) ^b | | 6,7 |
| Pfanner Fairtrade Green Tea Mango (1 % Frucht) | ✓ | 6,7 |
| Rauch Happy Day Marillen Spritzer (15 % Frucht) | | 6,7 |
| simplee aloe grape & lemon (24 % Frucht) | | 6,7 |
| Traubisoda rot (3 % Frucht) | | 6,7 |
| Voelkl Heimische BIO-Apfelschorle naturtrüb (bio, 60 % Frucht) | | 6,7 |
| Adelholzener Active O2 Peach White Tea Natural | | 6,8 |
| Adelholzener Bio Birne Rhabarber (bio, 14 % Frucht) | | 6,8 |
| Cappy Apfel g'spritzt (35 % Frucht) | | 6,8 |
| Friya Basil Seed Drink Weichsel-Rosenblüten (11 % Frucht) | | 6,8 |
| HIPP Frucht & Eisen (73,2 % Frucht) | | 6,8 |
| Höllinger Bio Pfirsich Eistee (bio, 2 % Frucht) | ✓ | 6,8 |
| Höllinger Bio Zitronen Eistee (bio, 2 % Frucht) | ✓ | 6,8 |
| Lipton Ice Tea Peach | ✓ | 6,8 |
| Pago Marille gespritzt (20 % Frucht) | | 6,8 |
| Arlberg Eistee Pfirsich (3 % Frucht) | ✓ | 6,9 |
| Arlberg Eistee Zitrone (2,5 % Frucht) | ✓ | 6,9 |
| Freeway Ice Tea Lemon (1 % Frucht) | ✓ | 6,9 |
| Hipp Frucht Plus Eisen Rote Traube in Apfel (63 % Frucht) | | 6,9 |
| Pago Lemon Lime gespritzt (12 % Frucht) | | 6,9 |
| Rauch EisTee Pfirsich (4,4 % Frucht) | ✓ | 6,9 |
| Rauch EisTee Zitrone (1,5 % Frucht) | ✓ | 6,9 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Rauch Happy Day Mango Spritzer (8 % Frucht) | | 6,9 |
| Spacy Bio Himbeerlimonade (bio, 2 % Frucht) | | 6,9 |
| Spar Jack's Juice Orange (40 % Frucht) ^b | | 6,9 |
| Arlberg Durstlöscher Johannisbeere gespritzt (12,5 % Frucht) | | 7,0 |
| Dr. Antonio Martins Kid's Coco Juice Banane (bio, 25 % Frucht) ^b | | 7,0 |
| Firefly Pomegranate Lime & Elderflower | | 7,0 |
| Freeway Ceylon Teegetränk mit Pfirsichgeschmack | ✓ | 7,0 |
| Freeway Ceylon Teegetränk mit Zitronengeschmack | ✓ | 7,0 |
| Hofer Ice Tea Kirsche (1,5 % Frucht) | | 7,0 |
| MPPreis Eistee Pfirsich (2 % Frucht) | ✓ | 7,0 |
| Müller Bio Primo Apfel-Himbeer-Schorle (bio, 50 % Frucht) | | 7,0 |
| Müller Bio Primo Apfelschorle (bio, 60 % Frucht) | | 7,0 |
| Müller Bio Primo Holunderblüten Limonade (bio) | | 7,0 |
| Rauch Happy Day Holunder-Limetten Spritzer | | 7,0 |
| Schartner Eistee Pfirsich | ✓ | 7,0 |
| Schartner Polo Johannisbeer Spritzer (12,5 % Frucht) | | 7,0 |
| SilberQuelle Eistee Pfirsich | ✓ | 7,0 |
| Sol Mate Lemon | ✓ | 7,0 |
| Spar Enjoy Green Tea Honey | | 7,0 |
| Spar Enjoy White Tea Blueberry (1 % Frucht) | | 7,0 |
| Voelkl Bio-Naturel Apfel Cassis (bio, 50 % Frucht) | | 7,0 |
| Voelkl Bio-Naturel Apfel Holunder (bio, 50 % Frucht) | | 7,0 |
| Capri-Sonne Bio-Schorly Rote Früchte (bio, 75 % Frucht) ^b | | 7,1 |
| DM Das Gesunde Plus Tropical Orange (13,9 % Frucht) | | 7,1 |
| GOAL Eistee Pfirsich (5,5 % Frucht) | ✓ | 7,1 |
| GOAL Eistee Zitrone (1 % Frucht) | ✓ | 7,1 |
| GOAL Frucht Mix (10 % Frucht) ^b | | 7,1 |
| GOAL Johannisbeer gespritzt (12,5 % Frucht) | | 7,1 |
| GOAL Orange (10 % Frucht) ^b | | 7,1 |
| Hofer Pure Fruits g'spritzt Johannisbeere (12,5 % Frucht) | | 7,1 |
| Rauch Eistee Kirsch | | 7,1 |
| Rauch Happy Day Zitronenspritzer (14 % Frucht) | | 7,1 |
| Spar Jack's Juice Pfirsich (40 % Frucht) ^b | | 7,1 |
| Adelholzener Bio Apfel Orange mit Maracuja (bio, 20 %Frucht) | | 7,2 |
| Brunner Johannisbeere g'spritzt (12,5 % Frucht) | | 7,2 |
| GOAL Apfel (10 % Frucht) ^b | | 7,2 |
| GOAL Eistee Pfirsich Tetrapack (5,5 % Frucht) ^b | ✓ | 7,2 |
| Granny's Apfel Holunder gespritzt (32 % Frucht) | | 7,2 |
| Hofer Ice Tea Pfirsich (5,5 % Frucht) | ✓ | 7,2 |
| Hofer zurück zum Ursprung Johannisbeersaft g'spritzt (bio, 12,5 % Frucht) | | 7,2 |
| Höllinger Bio Cranberry Sprizz (bio, 4 % Frucht) | | 7,2 |
| Höllinger Bio Himbeer Sprizz (bio, 5 % Frucht) | | 7,2 |
| Kärntnermilch Durstlöscher Holunder Limette (0,5 % Frucht) | | 7,2 |
| Pago Schwarze Johannisbeere gespritzt (19 % Frucht) | | 7,2 |
| Rauch EisTee Erdbeer-Kiwi (1,5 % Frucht) | | 7,2 |
| Rauch Happy Day Johannisbeere Spritzer (12,5 % Frucht) | | 7,2 |
| Willi Dungl Durstlöscher g'spritzt (51 % Frucht) | | 7,2 |
| Capri-Sonne Bio-Schorly Gelbe Früchte (bio, 75 % Frucht) ^b | | 7,3 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste B – Orientierungskriterien erfüllt

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Hofer Ice Tea Grüntee Zitrone (1 % Frucht) | ✓ | 7,3 |
| Kärntnermilch Durstlöscher Blutorange (2,3 % Frucht) | | 7,3 |
| Kärntnermilch Durstlöscher Cranberry Johannisbeere (2,3 % Frucht) | | 7,3 |
| Hofer Ice Tea Erdbeere Kiwi (3 % Frucht) | | 7,4 |
| Rauch EisTee Mango (3 % Frucht) | | 7,4 |
| SilberQuelle Johannisbeersaft gespritzt | | 7,4 |
| Spar Eistee Pfirsich (1 % Frucht) | ✓ | 7,4 |
| Spar Eistee Zitrone (1,5 % Frucht) | ✓ | 7,4 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Liste C

– Orientierungskriterien nicht erfüllt
Zu hoher Zuckergehalt pro 100 ml

Orientierungskriterien:

- Der **Zuckergehalt** liegt bei **über 7,4 g pro 100 ml** (inkl. fruchteigenem Zucker).
- Es sind **keine Süßstoffe** enthalten.

Alle Produkte in Liste C enthalten über 7,4 g Zucker pro 100 ml und keine Süßstoffe. Orientieren Sie sich innerhalb der Liste an Produkten mit möglichst geringem Zuckergehalt!

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Hofer Ice Tea Zitrone (1 % Frucht) | ✓ | 7,5 |
| Schartner Bombe Cola koffeinfrei | | 7,5 |
| Traubisoda rosé (3% Frucht) | | 7,5 |
| Clever Eistee Zitrone | ✓ | 7,6 |
| Green Panda Chia Drink Apfel-Holunder (bio, 12 % Frucht) | | 7,6 |
| Capri-Sonne Cola Mix koffeinfrei ^b | | 7,7 |
| Freeway Ceylon Teegetränk mit Minzgeschmack | ✓ | 7,7 |
| SilberQuelle Himbeer Kracherl (5 % Frucht) | | 7,7 |
| Spar fresh Kräuter Limo | | 7,7 |
| Adelholzener Active fresh Cherry Apple Lime (50 % Frucht) | | 7,8 |
| Adelholzener Active O2 Green Apple Natural | | 7,9 |
| Adelholzener Active O2 Lemon Lime Natural | | 7,9 |
| Höllinger Bio Birne mit Wasser ohne Kohlensäure (bio, 60 % Frucht) ^b | | 7,9 |
| Adelholzener Active fresh Apfel-Maracuja (50 % Frucht) | | 8,0 |
| Adelholzener Active fresh Orange Apple Starfruit (50 % Frucht) | | 8,0 |
| Almdudler | | 8,0 |
| Traubisoda klassik (3 % Frucht) | | 8,0 |
| Sinalco Kräuter-Kracherl | | 8,1 |
| Green Panda Chia Drink Granatapfel-Acai (bio, 14,5 % Frucht) | | 8,2 |
| Radlberger Grapefruit | | 8,2 |
| Schartner Eistee Zitrone | ✓ | 8,2 |
| Arizona Iced Tea Peach Flavour | ✓ | 8,3 ^c |
| Arlberg Multivitamin (9 % Frucht) | | 8,3 |
| Adelholzener Active O2 Orange Natural | | 8,4 |
| Arizona Cowboy Cocktail Fruit Punch (10 % Frucht) | | 8,4 |
| Arizona Cowboy Cocktail Wassermelon (10 % Frucht) | | 8,4 |
| Clever Eistee Pfirsich | ✓ | 8,4 |
| Wachauer Kracherl Marille Original (3 % Frucht) | | 8,4 |
| Arizona Blueberry White Tea | ✓ | 8,5 |
| Capri-Sonne Kirsche (10 % Frucht) ^b | | 8,5 |
| Capri-Sonne Elfentrank (10 % Frucht) ^b | | 8,6 |
| Schartner Bombe Zitrone | | 8,6 |
| Spar fresh Orange | | 8,6 |
| Arizona Iced Tea Lemon Flavour | ✓ | 8,7 ^c |
| Arizona Pomegranate Green Tea | ✓ | 8,7 |
| Hofer Vital Fruits Erdbeer + Vitamin (10 % Frucht) | | 8,7 |
| Hofer Vital Fruits Erdbeer + Vitamin (10 % Frucht) | | 8,7 |
| Schartner Bombe Orange | | 8,7 |
| Arizona Cowboy Cocktail Strawberry Lemonade (10,1 % Frucht) | | 8,8 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste C – Orientierungskriterien nicht erfüllt (Zuckergehalt)

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Quick Vit Durstlöscher Eistee Pfirsich (1% Frucht) ^b | ✓ | 8,8 |
| Quick Vit Durstlöscher Eistee Zitrone ^b | ✓ | 8,8 |
| Rauch Bravo Himbeer Limette (5,4 % Frucht) | | 8,8 |
| Red Bull Simply Cola ^b | ✓ | 8,8 |
| SilberQuelle Zitrone | | 8,8 |
| Hohes C Gutes mit Beeren Himbeere Boysenbeere Apfel (88 % Frucht) | | 8,9 |
| Radlberger Echt Holler | | 8,9 |
| Arlberg Jodler | | 9,0 |
| Fanta Himbeere (4 % Frucht) | | 9,0 |
| Fanta Orange (3 % Frucht) | | 9,0 |
| IXSO Erfrischend Natürlich (bio, 30 % Frucht) ^b | | 9,0 |
| LOTTE Aloe Vera Cherry | | 9,0 |
| LOTTE Aloe Vera Grape | | 9,0 |
| LOTTE Aloe Vera Pomegranate | | 9,0 |
| Capri-Sonne Monster Alarm (10 % Frucht) ^b | | 9,1 |
| Capri-Sonne Orange & Peach (10 % Frucht) ^b | | 9,1 |
| Dreh und Trink Apfel (10 % Frucht) ^b | | 9,1 |
| Freeway Lemon Zitronenlimonade | | 9,1 |
| Schweppes American Ginger Ale | | 9,1 |
| Sens Tonic Water ^b | | 9,1 |
| SilberQuelle Orange | | 9,1 |
| Solevita Fruchtsaftgetränk Orange (20 % Frucht) ^b | | 9,1 |
| Spar fresh Cola Mix (1,5 % Frucht) | ✓ | 9,1 |
| Spar Pink Grapefruit Limonade (12 % Frucht) | | 9,1 |
| Adelholzener Active O2 Berry Natural | | 9,2 |
| Dreh und Trink Erdbeere (5 % Frucht) ^b | | 9,2 |
| Hohes C Gutes mit Beeren Brombeere Aroniabeere Apfel (88 % Frucht) | | 9,2 |
| Schweppes Indian Tonic Water | | 9,2 |
| Spar fresh lemon & lime | | 9,2 |
| Arlberg Orange (2 % Frucht) | | 9,3 |
| Capri-Sonne Power Team (10 % Frucht) ^b | | 9,3 |
| Hofer Zitronenlimo | | 9,3 |
| Rauch Yippy Apple (12 % Frucht) | | 9,3 |
| Rauch Yippy Cherry (12 % Frucht) | | 9,3 |
| Rauch Yippy Peach (12 % Frucht) | | 9,3 |
| Rauch Yippy Red Berries (12 % Frucht) | | 9,3 |
| Sens Ginger Ale ^b | | 9,3 |
| Solevita Multi-Vitamin (12 % Frucht) ^b | | 9,3 |
| Arlberg Zitrone | | 9,4 |
| Capri-Sonne Multivitamin (12 % Frucht) ^b | | 9,4 ^c |
| Capri-Sonne Multivitamin 0,33l (10 % Frucht) ^b | | 9,4 |
| Hofer Happy Fruits Flipper Multivitamin (12 % Frucht) ^b | | 9,4 |
| Hofer Kräuterlimo | | 9,4 |
| Hofer Vital Fruits ACE Exotic + Vitamin (17 % Frucht) | | 9,4 |
| Hofer Vital Fruits BCE Weichsel + Vitamin (17 % Frucht) | | 9,4 |
| Pfanner Multivitamin ACE (12 % Frucht) | | 9,4 |
| Radlberger Zitrone | | 9,4 |
| Rauch Yippy Multi (12 % Frucht) | | 9,4 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste C – Orientierungskriterien nicht erfüllt (Zuckergehalt)

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| SilberQuelle Zitronen Kracherl (9 % Frucht) | | 9,4 |
| Spar Himbeer Limonade (5 % Frucht) | | 9,4 |
| Austro ! Orange Erfrischungsgetränk mit Orangengeschmack | | 9,5 |
| GOAL ACE Exotic (17 % Frucht) | | 9,5 |
| Höllinger Bio Cola (bio) | | 9,5 |
| Libella Himbeere | | 9,5 |
| Magic Brands Hello Kitty Strawberry Raspberry (20 % Frucht) | | 9,5 |
| Pfanner Lemon Lychee (10 % Frucht) | | 9,5 |
| Schartner Bombe Himbeere | | 9,5 |
| Sinalco Orange (5 % Frucht) | | 9,5 |
| Spar fresh Cola | ✓ | 9,5 |
| Capri-Sonne Mango & Maracuja (10 % Frucht) ^b | | 9,6 |
| Höllinger Bio Traube mit Wasser ohne Kohlensäure (bio, 60 % Frucht) ^b | | 9,6 |
| Pfanner Green Apple (10 % Frucht) | | 9,6 |
| Pfanner Mango Maracuja (10 % Frucht) | | 9,6 |
| Radlberger Ananas | | 9,6 |
| SilberQuelle 10 Vitamine (12 % Frucht) | | 9,6 |
| Capri-Sonne Kirsche & Granatapfel (10 % Frucht) ^b | | 9,7 |
| Capri-Sonne Safari Fruits (12 % Frucht) ^b | | 9,7 |
| Hofer Orangenlimo | | 9,7 |
| Sanpellegrino Orangenfruchtsaftgetränk (18 % Frucht) ^b | | 9,7 |
| SilberQuelle Cola Mix (1,7 % Frucht) | | 9,7 |
| Sinalco Cola Mix (3 % Frucht) | ✓ | 9,7 |
| Arlberg Cola Mix (1,9 % Frucht) | ✓ | 9,8 |
| Billa Himbeer Limonade (5 % Frucht) | | 9,8 |
| Brunner Vitalis Orangen-Karotten-Vitamin-Getränk (24,5 % Frucht) | | 9,8 |
| Freeway Orange Orangenlimonade (3 % Frucht) | | 9,8 |
| Magic Brands Minions Multifruit (20 % Frucht) | | 9,8 |
| Chabeso Zitronenlimonade | | 9,9 |
| Dreh und Trink Cola Mix (3 % Frucht) ^b | | 9,9 |
| Frucade Orangenfruchtsaftlimonade (10 % Frucht) | | 9,9 |
| Hofer Happy Fruits Flipper Orange (12 % Frucht) ^b | | 9,9 |
| Hofer Happy Fruits Orange (17 % Frucht) ^b | | 9,9 |
| Hohes C Gutes mit Beeren Holunderbeere Johannisbeere Apfel (88 % Frucht) | | 9,9 |
| Austro ! Lemon Erfrischungsgetränk mit Zitronengeschmack | | 10,0 |
| Capri-Sonne Orange (12 % Frucht) ^b | | 10,0 |
| Fanta Holunderblüte (3 % Frucht) | | 10,0 |
| Hofer Happy Fruits Apfel Kirsch (13,5 % Frucht) ^b | | 10,0 |
| Hofer Pure Fruits g'spritzt Rote Traube (60 % Frucht) | | 10,0 |
| Keli Klassik Ananas (3 % Frucht) | | 10,0 |
| LOTTE Aloe Vera Mango | | 10,0 |
| Pago ACE Orange-Karotte-Zitrone (25 % Frucht) | | 10,0 |
| Rauch Bravo Mandarine (12 % Frucht) | | 10,0 |
| Sanpellegrino Zitronenfruchtsaftgetränk (16 % Frucht) ^b | | 10,0 |
| Sinalco Zitres (7 % Frucht) | | 10,0 |
| Spar fresh energy taste | | 10,0 |
| Wake up Exotic ACE (17 % Frucht) | | 10,0 |
| Keli Klassik Himbeer | | 10,1 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Fortsetzung Liste C – Orientierungskriterien nicht erfüllt (Zuckergehalt)

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Keli Klassik Maracuja (1 % Frucht) | | 10,1 |
| Dreh und Trink Orange (6 % Frucht) ^b | | 10,2 |
| Freeway Cola | ✓ | 10,2 |
| Solevita Fruchtsaftgetränk Apfel-Kirsche (15 % Frucht) ^b | | 10,2 |
| Keli Klassik Orange (3 % Frucht) | | 10,3 |
| Radlberger Orange (3,5 % Frucht) | | 10,3 |
| Dreh und Trink Himbeere (1 % Frucht) ^b | | 10,4 |
| Frucade Zitronenfruchtsaftlimonade (10 % Frucht) | | 10,5 |
| Hofer Cola Mix (1,5 % Frucht) | ✓ | 10,5 |
| Mezzo Mix (1,5 % Frucht) | ✓ | 10,5 |
| Arlberg A-Cola | ✓ | 10,6 |
| Coca-Cola | ✓ | 10,6 |
| Dreh und Trink Kirsche (2 % Frucht) ^b | | 10,6 |
| Seven up Lemon | | 10,6 |
| Dreh und Trink Waldbeere (6 % Frucht) ^b | | 10,7 |
| Pepsi Cola | ✓ | 10,7 |
| Coca-Cola Cherry | ✓ | 10,8 |
| 28 Drinks Pink Grapefruit Mint ^b | | 11,0 |
| Dreh und Trink Zitrone Limette (2,5 % Frucht) ^b | | 11,0 |
| Hofer Cola | ✓ | 11,0 |
| Oriental Mama Rose Lemonade (8,5 % Frucht) ^b | | 11,0 |
| Pago Erdbeere (40 % Frucht) | | 11,0 |
| Paloma Lemonade Pink Grapefruit (12,5 % Frucht) ^b | | 11,0 |
| Pfanner Bio Multi Gold (bio, 30 % Frucht) | | 11,0 |
| Pfanner Bio Multi Rosso (bio, 30 % Frucht) | | 11,0 |
| Sinalco Cola | ✓ | 11,0 |
| Sinalco Zitrone | | 11,0 |
| Wake up Brombeer Himbeer Limonade (17 % Frucht) | | 11,0 |
| Rauch Bravo Tropical (11 % Frucht) | | 11,1 |
| Coca-Cola Vanilla | ✓ | 11,2 |
| Quick Vit Durstlöscher Orange (18 % Frucht) ^b | | 11,4 |
| Quick Vit Durstlöscher Multivitamin (15 % Frucht) ^b | | 11,6 |
| Moloko | | 11,8 |
| Pago Himbeere (36 % Frucht) | | 11,8 |
| Freedia Mojito Soda (alkoholfrei, 12 % Frucht) ^b | | 12,0 |
| Herbal Moscow Fermented Ginger (7 % Frucht) ^b | | 12,0 |
| Lupina Ginger Honey Lemon (5 % Frucht) ^b | | 12,0 |
| Pago Johannisbeere (27 % Frucht) | | 12,0 |
| Schweppes Original Bitter Lemon (3 % Frucht) | | 12,1 |
| Sens Bitter Lemon ^b | | 12,4 |
| Freedia Lemon Soda (12 % Frucht) ^b | | 13,0 |
| Freedia Oran Soda (12 % Frucht) ^b | | 13,0 |
| Pago Lemon Lime (24 % Frucht) | | 13,0 |
| Pago Mango (28 % Frucht) | | 13,0 |
| Pago Pfirsich (50 % Frucht) | | 13,0 |
| Sinalco Bitter Lemon (3 % Frucht) | | 13,0 |
| Pago Cranberry (29 % Frucht) | | 14,0 |
| Pago Marille (40 % Frucht) | | 14,0 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

Liste D

– Orientierungskriterien nicht erfüllt
Es sind Süßstoffe enthalten.

Orientierungskriterien:

- Die Getränke **enthalten Süßstoffe statt oder zusätzlich zu Zucker** (inkl. fruchteigenem Zucker)

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Almdudler zuckerfrei | | 0,0 |
| Clever Zitrone light | | 0,0 |
| Coca-Cola light | ✓ | 0,0 |
| Coca-Cola zero | ✓ | 0,0 |
| Frankenmarkter Cola | ✓ | 0,0 |
| Frankenmarkter Limonade Kräuter | | 0,0 |
| Frankenmarkter Limonade Orange | | 0,0 |
| Frankenmarkter Limonade Zitrone | | 0,0 |
| Frankenmarkter Spezi | ✓ | 0,0 |
| Hofer Cola light | ✓ | 0,0 |
| Hofer Kräuterlimo light | | 0,0 |
| Hofer Orangenlimo light | | 0,0 |
| Naturbursche Stevia Eistee Grüntee-Limette ^d | ✓ | 0,0 |
| Naturbursche Stevia Eistee Weißtee-Kirsche ^d | ✓ | 0,0 |
| Pepsi light | ✓ | 0,0 |
| Pepsi max | ✓ | 0,0 |
| Radlberger Orange Zuckerfrei ^d | | 0,0 |
| Sinalco Cola Light | ✓ | 0,0 |
| Frankenmarkter Limonade Himbeere | | 0,1 |
| Freeway Cola light | ✓ | 0,1 |
| Teekanne fresh Granatapfel Pfirsich | | 0,2 |
| Teekanne fresh Hugo Holunderblüte-Minze-Limette | | 0,2 |
| Teekanne fresh Waldbeere Limette | | 0,2 |
| Schartner Bombe ACE zuckerfrei (3 % Frucht) | | 0,3 |
| Gröbi Grapefruit zuckerfrei (6 % Frucht) | | 0,4 |
| Gröbi Orange zuckerfrei (4 % Frucht) | | 0,4 |
| Schartner Bombe Orange zuckerfrei (6,5 % Frucht) | | 0,5 |
| Spar fresh Cola light | ✓ | 0,5 |
| Hofer Well+Active Wasser + light Guarana | | 0,8 |
| actiwell Limette-Lemongrass | | 0,9 ^c |
| actiwell Blutorange-Koriander (3 % Frucht) | | 1,0 ^c |
| Hofer Well+Active Wasser + light Birne / Kaktusfeige | | 1,1 |
| Hofer Well+Active Wasser + light Pfirsich / Ingwer (2 % Frucht) | | 1,1 |
| MPreis Orangenlimonade kalorienarm (3 % Frucht) | | 1,2 |
| SilberQuelle Sunny Orange kalorienarm (6 % Frucht) | | 1,6 |
| Clever Orange light (3 % Frucht) | | 1,8 |
| Frucade Orangenfruchtsaftlimonade light (10 % Frucht) | | 1,9 |
| Star Wars Space Punch ^b | | 2,2 |
| Hofer Ice Tea Pfirsich light (5,5 % Frucht) | ✓ | 2,4 |
| Hofer Ice Tea Zitrone light (1 % Frucht) | ✓ | 2,5 |
| Spar Vital Apfel Johannisbeer gespritzt (15 % Frucht) ^d | | 2,7 |
| Glacéau vitamin water defense raspberry-apple ^d | | 3,0 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

^d Getränk ist mit Steviolglykosiden gesüßt

Fortsetzung Liste D – Orientierungskriterien nicht erfüllt (Süßstoffe)

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Glacéau vitamin water essential orange ^d | | 3,0 |
| Glacéau vitamin water multi-v for multitaskers lemonade ^d | | 3,0 |
| Glacéau vitamin water power-c get going dragonfruit ^d | | 3,0 |
| Spar Vital Apfel Litschi gespritzt (15 % Frucht) ^d | | 3,0 |
| Adelholzener Active O2 Iced Berry | | 3,2 |
| Adelholzener Active O2 Cherry | | 3,3 |
| Adelholzener Active O2 Raspberry | | 3,3 |
| Adelholzener Active O2 Lemon | | 3,5 |
| Adelholzener Active O2 Apple Kiwi | | 3,7 |
| Spar Vital Apfel Holunderblüte gespritzt (15 % Frucht) ^d | | 3,7 |
| Adelholzener Active O2 Berry Lime | | 3,8 |
| Adelholzener Active O2 Grapefruit | | 3,8 |
| Alnatura Eistee Zitronengras (bio, 7,9 % Frucht) ^d | ✓ | 3,8 |
| Alnatura Eistee Pfirsich-Maracuja (bio, 10,5 % Frucht) ^d | ✓ | 3,9 |
| Adelholzener Active O2 Orange-Lemon | | 4,0 |
| Adelholzener Active O2 Peach-White Tea | | 4,0 |
| Nestea Red Fruits (0,3 % Frucht) ^d | ✓ | 4,5 |
| Rauch Nativa Green Tea Gingko ^d | ✓ | 4,5 |
| Rauch Nativa Green Tea Lemon ^d | ✓ | 4,5 |
| Vitus Himbeer Kracherl | | 4,5 |
| Vitus Kräuterlimonade | | 4,5 |
| Nestea Lemon (0,1 % Frucht) ^d | ✓ | 4,6 |
| Nestea Peach (0,1 % Frucht) ^d | ✓ | 4,6 |
| Tiroler Alm | | 4,6 |
| Vitus Zitronenlimonade | | 4,6 |
| Solevita Die Coolen Biky Ben Multivitamin (50 % Frucht) | | 4,7 |
| Vitus Orangenlimonade | | 4,7 |
| Solevita Die Coolen Mad Milo Apfel-Kirsche (50 % Frucht) | | 4,8 |
| Keli Tropic Multivitamin-Nektar (50 % Frucht) | | 4,9 |
| Keli Apfel Kirsch Mehrfrucht-Nektar (50 % Frucht) | | 5,0 |
| Solevita Die Coolen Roller Girl Apfel-Maracuja (50 % Frucht) | | 5,1 |
| Sprite ^d | | 5,8 |
| Pfanner Multivitamin light (50 % Frucht) | | 5,9 |
| Arizona Half Ice Tea & Half Lemonade (4,7 % Frucht) | ✓ | 6,0 ^c |
| 2B [to be] Relaxed (57 % Frucht) ^{b,d} | | 6,1 |
| Brunner Steverl Zitronen-Fruchtsaftlimonade (10 % Frucht) ^d | | 6,3 |
| Cappy Ice Fruit - Multivitamin with mangosteen flavour (13 % Frucht) ^d | | 6,7 |
| Coca-Cola life ^d | ✓ | 6,7 |
| Dr. Pepper Cola | ✓ | 6,8 |
| Rauch Bravo Multivit (12 % Frucht) ^d | | 7,1 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

^d Getränk ist mit Steviolglykosiden gesüßt

Anhang – diverse Sportgetränke

Getränke, die speziell für den Sport beworben werden (mit diversen Zusatzstoffen wie Mineralstoffen, Vitaminen, Maltodextrin etc.), werden als ergänzende Information angeführt.

- Diverse Sportgetränke mit **Zucker** (inkl. fruchteigenem Zucker)

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Gatorade Low Calorie Citrus Mix | | 4,0 |
| Arriba! Sport Drink still Mango | | 4,2 |
| Saskia Aqua+Sport Blutorange & Limette | | 4,3 |
| Saskia Aqua+Sport Lemon & Lime | | 4,3 |
| Saskia Aqua+Sport Limette & Grapefruit | | 4,3 |
| Hofer Well+Active Wasser + Cranberry/Calcium/ Magnesium Sport | | 5,6 |
| Hofer Well+Active Wasser + Orange/ Calcium/ Magnesium Sport | | 5,6 |
| Hofer Well+Active Wasser + Zitrone / Calcium/ Magnesium Sport | | 5,6 |
| PurSport Apfel-Zitrone-Minze (bio, 52 % Frucht) | | 5,8 |
| Isostar Fast Hydration Lemon | | 5,9 |
| Isostar Fast Hydration Orange | | 6,0 |
| Rauch Sport Isotonic Wildberries (3,5 % Frucht) | | 6,0 |
| Vitacan power lemon | | 6,0 |
| Vitacan wild cherry | | 6,0 |
| Isostar Fast Hydration Fresh | | 6,2 |
| Rauch Sport Isotonic Citrus Power (10 % Frucht) | | 6,4 |
| PurSport Himbeer-Traube-Minze (bio, 42,5 % Frucht) | | 6,8 |

- Diverse Sportgetränke mit **Süßstoffen statt oder zusätzlich zu Zucker**

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Isostar Fitness L- Carnitine Red Fruits ^e | | 0,0 |
| Vitacan slim | | 0,1 |
| Diesel Sport Hypotonischer Powerdrink | ✓ | 2,4 ^c |
| DM Das Gesunde Plus Sportness Iso Sports Drink Zitrone-Grapefruit (6 % Frucht) | | 3,7 |
| Powerade ION 4 Blood Orange | | 3,8 |
| Gatorade Cool Blue | | 3,9 |
| Gatorade Mandarine | | 3,9 |
| Gatorade Red Orange | | 3,9 |
| Powerade ION 4 Mountain blast | | 3,9 |
| Powerade ION 4 Passionfruit | | 3,9 |
| Sinalco IsoSport (10 % Frucht) | | 4,1 |
| Arlberg Sport Iso Grapefruit Zitrone (6 % Frucht) | | 4,2 |
| Arlberg Sport Iso Blutorange (8 % Frucht) | | 4,4 |
| Libella Iso-Sport Grapefruit-Zitrone (2 % Frucht) | | 4,5 |
| Vitacan Sporty Orange ^d | | 5,0 |
| Vitacan Sporty Himbeer-Zitrone ^d | | 5,3 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

^d Getränk ist mit Steviolglykosiden gesüßt.

^e Getränk enthält den Azofarbstoff Azorubin (E122). Getränke mit Azofarbstoffen können die Aktivität und die Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen.

Anhang – diverse Energy Drinks

Energy Drinks werden als ergänzende Information angeführt.

- Diverse Energy Drinks mit **Zucker**

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Kaahée (1 % Frucht) ^b | ✓ | 7,3 |
| Race Fresh ^b | ✓ | 7,7 |
| IXSO Aufregend Natürlich (bio, 30 % Frucht) ^b | ✓ | 9,0 |
| ok.- energy drink wild cherry ^b | ✓ | 9,8 |
| Mintanine blue caffeine lemonade ^b | ✓ | 10,0 |
| Shark Stimulation Drink ^b | ✓ | 10,6 |
| Freeway Up Energy Drink Classic ^b | ✓ | 10,9 |
| 28 Black Classic ^b | ✓ | 11,0 |
| Action Cola Energy ^b | ✓ | 11,0 |
| Action Energy Drink ^b | ✓ | 11,0 |
| Action Juiced Energy Green Apple (3 % Frucht) ^b | ✓ | 11,0 |
| Action Juiced Energy Purple Pomegranate & Blueberry (2 % Frucht) ^b | ✓ | 11,0 |
| Clever Energy Drink ^b | ✓ | 11,0 |
| Flying Power Heidelbeer ^b | ✓ | 11,0 |
| Flying Power Regular ^b | ✓ | 11,0 |
| Full Speed ^b | ✓ | 11,0 |
| Hell ^b | ✓ | 11,0 |
| Jeden Tag Energy Drink ^b | ✓ | 11,0 |
| LSD Energydrink (3 % Frucht) ^b | ✓ | 11,0 |
| Maximal G Energy Drink Original ^b | ✓ | 11,0 |
| ok.- energy drink blackberry ^b | ✓ | 11,0 |
| ok.- energy drink mango ^b | ✓ | 11,0 |
| ok.- energy drink pur ^b | ✓ | 11,0 |
| Race ^b | ✓ | 11,0 |
| Red Bull The Blue Edition Heidelbeere ^b | ✓ | 11,0 |
| Red Bull The Green Edition Kiwi-Apfel ^b | ✓ | 11,0 |
| Red Bull The Red Edition Cranberry ^b | ✓ | 11,0 |
| Red Bull The Silver Edition Limette ^b | ✓ | 11,0 |
| Red Bull The Yellow Edition Tropical ^b | ✓ | 11,0 |
| Red Bull ^b | ✓ | 11,0 |
| Rox Energydrink ^b | ✓ | 11,0 |
| S-Budget Energy Heidelbeere ^b | ✓ | 11,0 |
| S-Budget Energy Limette ^b | ✓ | 11,0 |
| t-licious Elderflower Still Energy Drink ^b | ✓ | 11,0 |
| t-licious Redcurrant Still Energy Drink ^b | ✓ | 11,0 |
| ok.- energy drink blueberry ^b | ✓ | 11,1 |
| ok.- energy drink green apple ^b | ✓ | 11,1 |
| ok.- energy drink orange ^b | ✓ | 11,1 |
| S-Budget Energy Cola ^b | ✓ | 11,4 |
| S-Budget Energy Cranberry ^b | ✓ | 11,4 |
| Alpen Yod'I Bio Energy Drink (bio) ^b | ✓ | 11,5 |
| Diesel Energy ^b | ✓ | 11,5 ^c |
| ok.- energy drink pink grapefruit ^b | ✓ | 11,7 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

- **Fortsetzung: Diverse Energy Drinks mit Zucker**

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| My E. Bio – The organic Energy Drink mit Ginseng (bio) ^b | ✓ | 11,8 ^c |
| 28 Black Acai ^b | ✓ | 12,0 |
| Mad Bat – Bio Energy (bio) ^b | ✓ | 12,0 |
| Pure Cofain 699 ^b | ✓ | 12,0 |
| ok.- cola energy ^b | ✓ | 12,4 |
| 28 Black Sour Apple ^b | ✓ | 13,0 |
| Biotta bioenergy Mate Guarana (bio) ^b | ✓ | 13,0 |
| Rockstar Freeze Frozen Watermelon ^b | ✓ | 13,0 |
| Rox Energydrink Zitrone ^b | ✓ | 13,0 |
| 28 Black Sour Cherry ^b | ✓ | 14,0 |
| Rockstar Energy Drink ^b | ✓ | 14,0 |
| Rockstar Super Sours Energy Drink Green Apple ^b | ✓ | 14,0 |
| Rockstar XDurance Blueberry Pomegranate Acai ^b | ✓ | 14,0 |
| Burn Energy Drink ^b | ✓ | 15,0 |

- Diverse Energy Drinks mit **Süßstoffen statt oder zusätzlich zu Zucker**

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Flying Power sugarfree ^b | ✓ | 0,0 |
| Flying Power Zero ^b | ✓ | 0,0 |
| Full Speed sugarfree ^b | ✓ | 0,0 |
| Hell Zero Calories ^b | ✓ | 0,0 |
| ok.- energy drink watermelon raspberry zero ^b | ✓ | 0,0 |
| ok.- energy drink zero ^b | ✓ | 0,0 |
| Oxxenkracher! Zero Calories ^b | ✓ | 0,0 |
| Race sugarfree ^b | ✓ | 0,0 |
| Red Bull sugarfree ^b | ✓ | 0,0 |
| Red Bull Zero Calories ^b | ✓ | 0,0 |
| S-Budget sugarfree ^b | ✓ | 0,0 |
| S-Budget Zero Calories ^b | ✓ | 0,0 |
| Freeway Up Energy Drink Light ^b | ✓ | 0,1 |
| 28 Black Acai Zero ^b | ✓ | 0,2 |
| Jeden Tag Energy Drink zuckerfrei ^b | ✓ | 0,4 |
| Monster Rehab ^b | ✓ | 2,1 |
| Monster Ultra Energydrink ^b | ✓ | 2,1 |
| Taiberg Taigawurzel-Extrakt, Grapefruit & Granatapfel (11 % Frucht) ^{b,d} | ✓ | 4,4 |
| 2B [to be] Active (50 % Frucht) ^{b,d} | ✓ | 5,5 |
| Freeway Up Energy Drink Classic XL ^b | ✓ | 11,0 |
| Monster Energy The Doctor (4 % Frucht) ^b | ✓ | 11,0 |
| Monster Energy ^b | ✓ | 11,0 |
| Oxxenkracher! ^b | ✓ | 11,0 |
| Power Horse ^b | ✓ | 11,0 |
| S-Budget Energy Drink ^b | ✓ | 11,0 |
| Freeway Up Energy Drink Cranberry ^b | ✓ | 11,2 |
| Freeway Up Energy Drink Heidelbeere ^b | ✓ | 11,3 |
| Freeway Up Energy Drink Limette ^b | ✓ | 11,4 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

^b Getränkekarton und/oder Gebinde ist nicht wiederverschließbar.

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

^d Getränk ist mit Steviolglykosiden gesüßt

Anhang – Getränke aus PostMix-Automaten

Getränke werden im Gerät mit frischem Wasser zubereitet.

Getränke aus PostMix-Automaten werden als ergänzende Information angeführt.

- Diverse Getränke aus PostMix-Automaten mit **Zucker**

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| Nature Drinks "apple temptation" (bio, 17,6 % Frucht) | | 4,2 |
| Nature Drinks "cherry cool" (bio, 10,6 % Frucht) | | 4,2 |
| Nature Drinks "yellow sun pear" (bio, 17,6 % Frucht) | | 4,4 |
| Nature Drinks "red berry mix" (bio, 10,6 % Frucht) | | 4,6 |
| Nature Drinks "spring magic" (bio, 6,1 % Frucht) | | 5,0 |
| Nature Drinks "berry dream" (bio, 10,6 % Frucht) | | 5,5 |
| Froody Eistee Bio – Birne – Sunflower (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio - Ceylon Maracuja-Pfirsich (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio – Pfefferminze (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio – Rooibos Himbeer (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio – Rooibos Kirsch (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio Fruchtmix (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio Lemongras (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Bio Rooibos Pfirsich (bio) | | 6,0 |
| Froody Eistee Grüner Tee – Orange | | 6,0 |
| Rauch Orangensaft gespritzt (50 % Frucht) | | 6,4 |
| Rauch Apfelsaft gespritzt (50 % Frucht) | | 6,7 |
| Rauch Eistee Pfirsich | ✓ | 6,9 |
| Rauch Multivitamin (50 % Frucht) | | 7,0 |

- Diverse Getränke aus PostMix-Automaten mit **Süßstoffen statt oder zusätzlich zu Zucker**

| Produkt | Teein/ Koffein ^a | Zucker (g/100ml) |
|---------------------------------------------|--------------------------------|---------------------|
| WorkerDrink Kirsch light ^e | | 0,3 |
| WorkerDrink Schwarztee mit Zitrone light | | 0,3 |
| WorkerDrink Granatapfel light | | 0,4 |
| WorkerDrink Pfirsich-Mix light ^e | | 0,4 |
| WorkerDrink Apfel | | 2,0 |
| WorkerDrink Kirsch | | 2,0 |
| WorkerDrink Schwarze Johannisbeere | | 2,3 |
| WorkerDrink Mult-Vitamin | | 2,4 |
| WorkerDrink Cola-Orange | | 2,6 |
| WorkerDrink Maracuja-Aprikose | | 2,6 |
| WorkerDrink Tea and fruit | | 2,7 |
| WorkerDrink Orange | | 2,8 |
| WorkerDrink Waldbeere | | 2,8 |
| WorkerDrink Rote Traube-Himbeere | | 3,0 |
| WorkerDrink Citrus | | 3,1 |

^a Teein- bzw. koffeinhaltige Getränke sind für Kinder unter 10 Jahren ungeeignet.

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

^d Getränk ist mit Steviolglykosiden gesüßt

^e Getränk enthält den Azofarbstoff Azorbin (E122). Getränke mit Azofarbstoffen können die Aktivität und die Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen.