

# Light-Produkte

Stand 23.01.2009

Produktname	Hersteller/ Händler	Angaben in g je 100 g					Na
		kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Zucker	Salz <sup>2)</sup>	
THOMY légère - leichter als Remoulade (Angaben bezogen auf 100 ml - mit Dichte umrechnen)	Thomy	130	9,9	1,6	5,0	3,1	1,20
Weihenstephan Der Cremige 0,1% Fett Pfirsich-Marcuja (Fruchtjoghurt aus entrahmter Milch)	Molkerei Weihenstephan GmbH & Co. KG	88	0,1	<0,1	15,0*	0,2	0,07
Activia 0,1% Fett Erdbeere	Danone	82	0,1	<0,1	12,9*	0,1	0,04
Cremissimo leichter Genuss, Aprikose-Mango mit Joghurt, 40% weniger Fett* (*40% weniger Fett als Cremissimo Bourbon-Vanille)	Langnese	180	5,0	4,5	29,0	0,1	0,02
Streichzarte Teewurst light	Aldi (Ponnath Die Meistermetzger GmbH)	289	25,0	11,0	0,5	3,0	1,20
Flakes Special K 1,5% Fett	Kellogg's	374	1,5	0,5	17,0	1,1	0,45
Chipfsfrisch leicht - Paprika	funny-frisch	472	24,0	2,7	3,3	1,5	0,60
Die leichte Rolle mit feinen Kräutern 33% weniger Fett* (*im Vergleich zu herkömmlicher Kräuterbutter)	Meggle	403	41,0	k. A.	k. A.	k. A.	k. A.
Heinz Curry Gewürz Ketchup Light -30% Zucker* (*Als klassischer Heinz Curry Gewürz Ketchup)	Heinz	95	0,3	<0,1	17,3	1,75	0,70
Lätta extra fit mit Buttermilch nur 28% Fett	Unilever	280	28	11	<1	0,75	0,30
Well you Käseaufschnitt leicht 16% Fett absolut	Kaufland	260	16	10,9	<0,1	1,50	0,60
WeightWatchers Premium Salami 17% Fett	Aoste SB GmbH	241	16,5	6,6	0,1	2,75	1,1
Brunch Légère 15% Fett Classic	Unilever	170	15	11	3	0,40	0,16

\* Zuckermenge beinhaltet auch Milchezucker. Der Anteil an zugesetztem Zucker liegt unter 12,5 g/100 g, weshalb sich hier eine gelbe Ampelfarbe ergibt

## Zum Vergleich

Mars	Mars GmbH	451	17,6	10,2	63,6	0,50	0,2
Snickers	Mars GmbH	506	27,3	10,8	47,7	0,50	0,2

## Auswahlsystematik

Es liegt eine stichprobenartige Auswahl von Produkten zu Grunde, die durch Aufmachung und/oder Werbung den Eindruck erwecken, besonders kalorien- oder fettarm zu sein, im weitesten Sinne also "Light-Produkte" sind. Berücksichtigt wurden Mitglieder der "Ausgezeichnet-Informiert"-Initiative und weitere Hersteller bekannter Markenprodukte.

## ANMERKUNGEN

### 1) Basis Ampel-Kennzeichnung

Kategorisierung erfolgt anhand von "Front of pack traffic light signpost labelling technical guidance, Issue 2, November 2007".

Kriterien für die Kennzeichnung von **Lebensmitteln, die keine Getränke sind**:

	pro 100 g		
	grün	gelb	rot
<b>Fett</b>	max. 3 g	>3 g - 20 g	>20 g
<b>ges. Fette</b>	max. 1,5g	>1,5 g - 5 g	>5 g
<b>Zucker*</b>	max. 5 g	>5 g - 12,5 g	>12,5 g
<b>Salz</b>	max. 0,3 g	>0,3 g - 1,5 g	>1,5 g

\* rote Ampelfarbe dann, wenn mehr als 12,5 g/100 g **zugesetzter Zucker** enthalten ist

Kriterien für die Kennzeichnung von **Getränken**:

	pro 100 ml		
	grün	gelb	rot
<b>Fett</b>	max. 1,5 g	>1,5 g - 10 g	>10 g
<b>ges. Fette</b>	max. 0,75 g	>0,75 g - 2,5 g	>2,5 g
<b>Zucker</b>	max. 2,5 g	>2,5 g - 6,3 g	>6,3 g
<b>Salz</b>	max. 0,3 g	>0,3 g - 1,5 g	>1,5 g

\* rote Ampelfarbe dann, wenn mehr als 6,3 g/100 g **zugesetzter Zucker** enthalten ist

### 2) Entspricht dem Na-Gehalt x 2,5