

Light-Produkte

Stand 23.01.2009

Produktname	Hersteller/ Händler	Ampel-Kennzeichnung ¹⁾					Na
		Angaben in g je 100 g					
		kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Zucker	Salz ²⁾	
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

* Zuckerangabe 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
Fett	max. 3 g	>3 g - 20 g	>20 g
ges. Fette	max. 1,5g	>1,5 g - 5 g	>5 g
Zucker*	max. 5 g	>5 g - 12,5 g	>12,5 g
Salz	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
Fett	max. 1,5 g	>1,5 g - 10 g	>10 g
ges. Fette	max. 0,75 g	>0,75 g - 2,5 g	>2,5 g
Zucker	max. 2,5 g	>2,5 g - 6,3 g	>6,3 g
Salz	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