

# Zenbat azukre kontsumitzen dugu konturatu gabe?



Aspaldi honetan, osasun-arloko erakundeak azukrearen gehiegizko kontsumoaz ohartarazi nahi gaituzte. Izan ere, gehienetan, ez gara konturatzen zenbat azukre daukaten egunero hartzen ditugun produktuek.

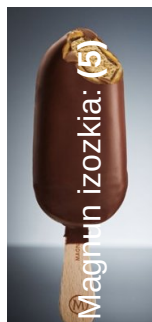
Horretaz jabetzeko asmoarekin sortu zen [sinAzucar.org](http://sinAzucar.org). Haien helburua produktu bakoitzari argazkia ateratzea da, baina, ondano, daukan azukre-kopurua azukre-koxkorretan adierazita.

Hemen daukazuen ariketa hauek egiteko, jarri binaka eta adostu erantzunak idatzi baino lehen. Konparazioak egin beharko dituzue askotan, produktuek daukaten azukre-kopurua etengabe alderatzen ibili beharko duzuelako.

Esaldi konparatiboetarako buruzko zalantzaren bat baldin baduzue, kontsultatu hemen.

## Ordenatu azukre-kantitatearen arabera

Binaka jarrita, ordenatu produktu hauek daukaten azukre-kantitatearen arabera.



# Ea asmatzen duzun zenbat azukre-koxkor dituen bakoitzak

Hemen dituzue lehengo produktu berberak, oraingoa ea asmatzen duzuen zenbat azukre-koxkor dituen bakoitzak (idatzi kopuruak hutsuneetan). Baietz sorpresaren bat hartu!



# Ikusi denak alderatuta

Hemen dituzue produktu guztiak, bakoitzak daukan azukre-koxkorren kopuruarekin ondoan.

- Sorpresarik hartu al duzue?
- Zeinek dauka uste zenutena baino gehiago?
- Eta gutxiago?

13

Red Bull bat.

11,75

300gr-ko tomate-saltsa pote bat:

9

Sojaedara brik bat.

7

Tónica Original bat.

Fruitalaya bat (3)

5,75

Kafe-kapsula bat+krema-kapsula bat:

4,1

Magnum izozkia: (5)

4

10 gaileta "tostada" erakoak:

Jogurt bat: (4)