MIJN GROTE SUIKERKLONTJES TEL POSTER

Zorg ervoor dat je op 1 dag niet meer dan 5 suikerklontjes bij elkaar eet en/of drinkt.. krijg jij dat voor elkaar?

HOEVEEL SUIKERKLONTJES EET IK EIGENLIJK BIJ HET ETEN (SMULLEN) VAN...

1 BOTERHAM MET HAGELSLAG (PUUR)
een portie van 20 gr, De Ruijter hagelslag puur



12,8 gr

1 BOTERHAM MET HAZELNOOTPASTA
een portie van 15 gr, AH Biologische hazelnootpasta



7,4 gr

1 BOTERHAM MET RINSE APPELSTROOP
een portie van 15 gr, AH Biologische Rinse appelstroop



8,7 gr

1 BOTERHAM MET GESTAMPTE MUISJES
een portie van 6 gr, De Ruijter gestampte muisjes



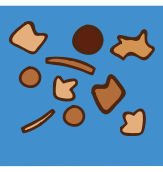
4,7 gr

1 BOTERHAM MET SPECULOOS
een portie van 15 gr, speculoos van het merk Lotus



5,7 gr

1 PORTIE KROKANTE CRUESLI
op basis van een portie van 40 gr krokante muesli van de AH



6 gr

1 GLAS ROOSVICEE
voor één glas van 200 ml, 1 deel Roosvicee met 10 delen water (1:10)



10 gr

1 GLAS DIXAP APPEL
voor één glas van 200 ml, 1 deel Dixap met 10 delen water (1:10)



17 gr

1 GLAS COCA COLA
voor één glas van 200 ml



21,2 gr

1 EIERKOEK
op basis van één 55 gr Brabantse eierkoek



20,9 gr

1 STROOPWAFEL
op basis van een 30 gr stroopwafel (v.w.: per 100 gr - 37 gr suiker)



12,2 gr

1 RAKETJE
1 raketje weegt 55 gr (v.w.: per 100 gr - 17 gr suiker)



9,4 gr

1 PANNENKOEK MET POEDERSUIKER
een pannenkoek van 50 gr bevat 3,3 gr suiker, een portie poedersuiker weegt 5 gr



8,3 gr

1 PLAK ONTBIJTKOEK
1 plak ontbijtkoek weegt 20 gr (v.w. per 100 gr - 36,1 gr suiker)



7,2 gr

1 STUK CARROT CAKE
op basis van een stuk (80 gr) carrot cake van de AH. Doe een keer gek op een feestje!

28,8 gr

JOUW EIGEN PERSOONLIJKE SUIKERKLONTJES TEL POSTER BESTEL JE OP:
www.ikteltot5.nl