

Sokeripala esimerkki (1 sokeripala = 4g sokeria)

- limupullo (0,5 l) 22 sokeripalaa



- tölkillinen energiajuomaa 15 sokeripalaa



- lasillinen mehua 9 sokeripalaa



- 100 g suklaata 20 sokeripalaa



- 2 dl maustettua jogurttia 7 sokeripalaa

