SIPCAN
Milchprodukte-Check

Produkte zum Trinken nach Alphabet sortiert

Milchprodukte stellen einen wertvollen Bestandteil der täglichen Ernährung dar. Produkte, die den ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen entsprechen, sind dabei zu bevorzugen. Am österreichischen Markt gibt es ein großes Angebot an verschiedenen Produkten, die unterschiedliche Mengen an Zucker, Süßstoffen bzw. Zuckeraustauschstoffen und Fett enthalten. Der Milchprodukte-Check vom unabhängigen, vorsorgemedizinischen Institut **SIPCAN – Initiative für ein gesundes Leben**, soll daher in Hinblick auf diese Faktoren eine einfache Orientierungshilfe für eine gesündere Auswahl bieten.

Bundesweit wurden im Einzelhandel bzw. durch direkte Kontaktaufnahme mit der Lebensmittelindustrie Daten zu über 1000 Milchprodukten in Gebinden bis 750 g bzw. 750 ml erhoben. Das vorliegende Dokument enthält alle recherchierten Produkte zum Trinken nach Alphabet geordnet. Zusätzlich steht auch eine Version für Produkte zum Löffeln, sowie eine Darstellung geordnet nach Zuckergehalt auf **www.sipcan.at** zum Download zur Verfügung.

Neben dem Zucker- und Fettgehalt wird auch angeführt, ob ein Produkte Süßstoffe bzw. Zuckeraustauschstoffe enthält. Weitere Angaben, wie über den Fruchtanteil oder ob ein Produkt biologisch, koffeinhaltig oder laktosefrei ist, finden Sie - sofern auf der jeweiligen Verpackung ersichtlich - in der Onlinesuche auf **www.sipcan.at** oder in unserer **kostenlosen App** (Suchbegriff „SIPCAN“).

Der SIPCAN Milchprodukte-Check richtet sich sowohl an Konsument*innen, als auch an Multiplikator*innen und Fachpersonal.

Als Hilfestellung bei der Produktauswahl wurden folgende Orientierungskriterien[a] festgelegt[b]:

1) Der **Gesamtzuckergehalt**[c] liegt bei **max. 11,5 g/100 g bzw. 100 ml** (inkl. natürlichem Milchzucker[d]).
2) Es sind **keine Süßstoffe**[e] **und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
3) Der **Fettgehalt**[f] liegt bei **max. 4,2 %** (Referenz: nicht standardisierte Milch).

Neben den genannten Kriterien wird empfohlen, auch auf **weitere Inhaltsstoffe** Rücksicht zu nehmen: Bestimmte Farbstoffe oder Koffein/Teein[g] sollten gerade bei Produkten, die von Kindern konsumiert werden, nicht enthalten sein. (Weiterführende Informationen zu Farbstoffen etc. finden Sie z.B. unter: www.ages.at oder www.zusatzstoffe-online.de)

Achten Sie auch auf die **Verpackungsgröße.** Eine Portion Milchprodukt entspricht 250 g bzw. 250 ml.

Für das Angebot von Milchprodukten in Schulen gilt folgende Orientierungshilfe:

Das Angebot beim Pausenverkauf umfasst mindestens drei Produkte zum Trinken oder Löffeln aus der Liste der idealen Milchprodukte (Liste A) oder aus der Liste jener Milchprodukte, die alle Orientierungskriterien erfüllen (Liste B).

Gliederung der Recherche:

Da die im Handel erhältlichen Produkte die Orientierungskriterien unterschiedlich erfüllen, wurden fünf verschiedene Listen erstellt, die alle entsprechenden Produkte übersichtlich zusammenfassen:

Orientierungskriterien erfüllt

Liste A – (Ideale Milchprodukte)
Liste B – (Alle Orientierungskriterien erfüllt)

Orientierungskriterien nicht erfüllt

Liste C – (Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g bzw. 100 ml)
Liste D – (Süßstoffe/Zuckeraustauschstoffe enthalten)
Liste E – (Zu hoher Fettgehalt pro 100 g bzw. 100 ml)

Orientierungs-kriterien	Liste	Gesamtzucker-gehalt von max. 11,5 g/100 g	Keine Süßstoffe bzw. Zuckeraus-tauschstoffe	Gesamtfett-gehalt von max. 4,2 %
erfüllt	**Liste A**	JA	JA	JA
	Liste B	JA	JA	JA
nicht erfüllt	**Liste C**	NEIN	JA	JA/NEIN
	Liste D	JA/NEIN	NEIN	JA/NEIN
	Liste E	JA	JA	NEIN

JA: Alle Produkte in dieser Liste erfüllen dieses Orientierungskriterium.
NEIN: Alle Produkte in dieser Liste erfüllen dieses Orientierungskriterium nicht.
JA/NEIN: Die Produkte in dieser Liste erfüllen dieses Orientierungskriterium nicht zwingend.

Anhang – Kaffeegetränke werden als ergänzende Information angeführt.

Milchprodukte im Schulmilchprogramm:

Kindergärten und Schulen in ganz Österreich werden täglich von rund 80 regionalen Schulmilchbauernhöfen bzw. mehreren Molkereien/Logistikunternehmen mit Schulmilchprodukten beliefert. Diese können, im Rahmen des EU-Schulmilchprogramms, eine Schulmilchbeihilfe beantragen, um die Produkte möglichst günstig anbieten zu können. (Anm.: Durch eine Preisüberwachung der Agrarmarkt Austria in Österreich ist sichergestellt, dass die Verbilligung durch die Beihilfe tatsächlich den Kindern zugutekommt.) Um diese Schulmilchbeihilfe beanspruchen zu können, müssen verschiedene Vorgaben erfüllt werden, so auch hinsichtlich des Zuckergehalts. Der Gesamtzuckergehalt muss dabei unter 12 g/100 g bzw. 100 ml (vom EU-Recht aus dürfen max. 7 % Zucker zugesetzt werden) liegen. Ab dem Schuljahr 2017/18 wird der höchstzulässige Zuckergehalt jedes bzw. jedes 2. Schuljahr degressiv reduziert. Ab dem Schuljahr 2022/23 ist nur mehr 3,5 % Zuckerzusatz erlaubt (bei Joghurt 5,5 %). Der in Fruchtmischungen enthaltene Zucker ist in den maximalen Prozentsätzen einzurechnen. Nähere Informationen sind auf www.ama.at abrufbar.

Durch kleine Verpackungseinheiten von max. 250 g bzw. 250 ml enthält eine Portion zudem nicht mehr als 30 g Zucker. Die im Rahmen des EU-Schulmilchprogramms geförderten Produkte entsprechen somit auch den Orientierungskriterien von SIPCAN und können der Liste B des Praxisleitfadens für Milchprodukte zugeordnet werden. Zu beachten ist jedoch, dass nicht alle im Rahmen der Schulmilchaktion angebotenen Produkte auch durch das EU-Schulmilchprogramm gefördert sind. Nur geförderte Produkte entsprechen automatisch auch den Orientierungskriterien von SIPCAN. Welche Produkte gefördert sind, ist mit dem*der jeweiligen Anbieter*in zu klären.

Die Förderabwicklung und Überprüfung der Kriterien obliegt in Österreich der Agrarmarkt Austria (Schulmilchbeihilfe). Auskunft über zugelassene Schulmilchlieferant*innen sowie beihilfefähige und damit den Kriterien entsprechende Produkte kann über die Agrarmarkt Austria eingeholt werden[h].

Erläuterungen:

[a] Die von SIPCAN herangezogenen Beurteilungskriterien – Zuckergehalt von max. 11,5 g/100 g bzw. 100 ml (inkl. natürlichem Milchzucker); Gesamtfettgehalt von max. 4,2 %, keine Süßstoffe – decken sich nicht mit den im Anhang der Health Claims Verordnung genannten Kriterien der Kategorie „ZUCKERARM“ (feste Lebensmittel bis 5 g/100 g und flüssige Lebensmittel bis 2,5 g/100 ml) bzw. "ZUCKERFREI" (bis 0,5 g/100 g bzw. 100 ml) sowie "FETTARM" ((feste Lebensmittel bis 3 g/100 g, flüssige Lebensmittel bis 1,5 g/100 ml, teilentrahmte Milch 1,8 g/100 ml) bzw. "FETTFREI/OHNE FETT" (bis 0,5 g/100 g bzw. 100 ml).

[b] Die einzelnen Orientierungskriterien wurden in Zusammenarbeit mit einer Expert*innengruppe festgelegt (siehe www.sipcan.at). Der Praxisleitfaden für Milchprodukte ist Bestandteil des Maßnahmenkataloges des Nationalen Aktionsplans Ernährung (NAP.e).

[c] Die WHO-Empfehlung lautet, dass weniger als 10 % der täglichen Energieaufnahme aus freiem Zucker (z.B. Saccharose, Glucose, Fructose sowie Zucker aus Honig, Sirup und Fruchtsäften) zugeführt werden soll.[1, 2] Betrachtet man die Empfehlungen für Kinder, so wären dies bei einem angenommenen Durchschnittswert von 2400 kcal (Richtwert für die mittlere Energiezufuhr bei 13- bis 14-jährigen Buben und Mädchen)[3] circa 60 g Zucker pro Tag. Unter der weiteren Festlegung, dass über Milchprodukte maximal die Hälfte dieser täglichen Obergrenze aufgenommen werden sollte, ergibt sich ein Wert von 30 g Zucker. Bei einer Empfehlung von zwei Portionen Milchprodukten à durchschnittlich 250 g bzw. 250 ml pro Tag (neben einer Portion Käse) entspricht dies einem Wert von 6 g freiem Zucker pro 100 g bzw. 100 ml. Unter Berücksichtigung eines Toleranzbereichs von 15 %, kann ein Milchprodukt maximal 6,9 g freien Zucker pro 100 g bzw. 100 ml beinhalten. Da Milchprodukte im Gegensatz zu Wasser bereits durchschnittlich 4,6 g natürlichen Zucker (Milchzucker/Laktose) enthalten, und es bei der überwiegenden Mehrheit der im Handel erhältlichen Produkte für Konsument*innen nicht ersichtlich ist, ob es sich um zugesetzten oder von Natur aus enthaltenen Zucker handelt, werden die beiden Werte zur Bestimmung des Orientierungswertes aufsummiert. Es ergibt sich somit ein Orientierungswert von 11,5 g Gesamtzucker pro 100 g bzw. 100 ml (entsprechend der Nährwertkennzeichnung). Da Endverbraucher*innen ihren Konsum nachweislich an der Verpackungsgröße orientieren[4,5], diese aber gerade bei Milchprodukten sehr unterschiedlich ist, wird speziell für handelsübliche Produkte auch ein maximaler Gesamtzuckergehalt pro Gebinde empfohlen. Ausgehend von einer durchschnittlichen Verpackungsgröße von 250 g bzw. 250 ml sollte eine Gesamtzuckermenge von 30 g pro Verpackungseinheit (zugesetzter und von Natur aus enthaltener Zucker) angestrebt werden.

[d] Milch enthält von Natur aus Zucker. Die sogenannte Laktose ist ein Zweifachzucker bestehend aus Glukose und Galaktose. Der Gehalt an Laktose unterliegt je nach Tierart oder Verarbeitungsgrad natürlichen Schwankungen. So enthält Kuhmilch 4,7-5,0 g Laktose/100 g, Schafmilch 4,2-5,0 g/100 g. Der Laktosegehalt in Joghurt schwankt zwischen 3,7 und 5,6 g/100 g. Buttermilch enthält 3,5-4,0 g/100 g und Molke 2,0-5,2 g/100 g.[6] Aufgrund dieser Schwankungen und der fehlenden Angaben diesbezüglich auf den Produktverpackungen wurde ein durchschnittlicher Laktosegehalt von 4,6 g/100 g bzw. 100 ml berücksichtigt (siehe Erläuterung Punkt c).

[e] Süßstoffe haben die Aufgabe Zucker zu ersetzen. Damit lassen sich zwar Kalorien einsparen, es findet aber wie bei Zucker eine Gewöhnung an eine bestimmte Süße statt.[7] Eine Gewöhnung an einen weniger süßen Geschmack und damit eine geringere Zuckeraufnahme insgesamt wird durch den Konsum von Produkten mit sowohl künstlichen als auch natürlichen Süßstoffen nicht gefördert. Den in Lebensmitteln und Getränken zulässigen Süßstoff-Höchstmengen liegen täglich erlaubte Aufnahmemengen, sog. ADI-Werte (in mg/kg/KG), zugrunde, die von der Europäischen Agentur für Lebensmittelsicherheit (EFSA) festgelegt werden. Je höher die Gesamtaufnahme von Süßstoffen aus Getränken und Lebensmitteln, desto höher wird, insbesondere bei Kindern wegen ihres geringen Körpergewichts, die Wahrscheinlichkeit der Überschreitung dieser täglich erlaubten Aufnahmemengen. In einer Übersichtsarbeit und in einer Kohortenstudie konnte außerdem für Kinder ein Zusammenhang zwischen dem Konsum von mit Süßstoff gesüßten Produkten und einer Zunahme des Körpergewichts gezeigt werden.[8, 9]

[f] Neben den Zuckergehalten liefert die Liste auch Informationen über den Fettgehalt pro 100 g bzw. 100 ml. Hierfür orientiert sich die Liste am Fettgehalt nicht standardisierter Kuhmilch, da diese als natürlicher Rohstoff für weitere Verarbeitungsschritte verwendet wird. Auf Basis ernährungswissenschaftlicher Empfehlung wird aber ausdrücklich dazu geraten sich an Produkten mit möglichst niedrigem Fettgehalt zu orientieren.

[g] Bei einem 10-jährigen Kind (Gewicht ca. 30 kg) kann der Konsum von koffeinhaltigen Getränken wie z.B. Kaffee/Kaffee-Milchgetränken (eine Tasse enthält ca. 80 mg Koffein) zu vorübergehender Aufregung, Reizbarkeit, Nervosität und Impulsivität führen. Mit steigender Dosis (ab einer Aufnahme von ca. 100 mg Koffein) können zum Beispiel auch Angstzustände, Schlaflosigkeit und Beschwerden im Verdauungstrakt auftreten.[10, 11, 12]

[h] Die Informationen zum Schulmilchprogramm wurden mit einer Expert*innengruppe abgestimmt (siehe www.sipcan.at).

Hinweise:

Bei der vorliegenden Recherche handelt es sich um eine Momentaufnahme (Stand: März 2023). Um der Dynamik des Marktes entgegenzukommen, wird die Übersicht jährlich überarbeitet.

Die angeführten Zuckergehalte wurden von der Nährwertangabe auf den Produkten oder direkt von den Firmenangaben übernommen. Aufgrund des umfassenden Angebots im Handel ist es möglich, dass einzelne Produkte nicht aufgelistet sind. Es wird keine Verantwortung für das Fehlen etwaiger Produkte bzw. für etwaige Druckfehler übernommen. Rückmeldungen senden Sie bitte an office@sipcan.at.

Alle Logos von SIPCAN sind urheberrechtlich und teilweise musterrechtlich geschützt und dürfen im geschäftlichen Verkehr nicht verwendet werden. Die Dokumente zum Milchprodukte-Check sind nur zum privaten/eigenen Gebrauch bestimmt.

Literaturquellen:

[1] WHO (2015): Guideline: Sugars intake for adults and children. Geneva: World Health Organization.

[2] FAO (2007): Scientific Update on carbohydrates in human nutrition: conclusions. European Journal of Clinical Nutrition, 61: 132-137.

[3] DGE, ÖGE, SGE (2020): D-A-CH Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Bonn: Umschau/Braus, 2. Auflage, 6. aktualisierte Ausgabe.

[4] Livingstone MB, Pourshahidi LK (2014): Portion size and obesity. Adv Nutr, 5(6):829-34.

[5] Rolls BJ et al. (2004): Increasing the portion size of a packaged snack increases energy intake in men and women. Appetite, (42): 63-69.

[6] Kasper H. (2009): Ernährungsmedizin und Diätetik. München: Urban und Fisch, 203-205.

[7] Sylvetsky AC et al. (2017): Development of Sweet Taste Perception: Implications for Artificial Sweetener Use. Endocr Dev, 32:87-99.

[8] Brown RJ et al. (2010): Artificial sweeteners: a syst. review of metabolic effects in youth, Int. J Ped. Obes, (4):305-12.

[9] Macintyre AK et al. (2018): Exposure to liquid sweetness in early childhood: artificially-sweetened and sugar-sweetened beverage consumption at 4-5 years and risk of overweight and obesity at 7-8 years. Pediatr Obes, 13(12):755-765.

[10] Oddy WH, O'Sullivan TA (2009): Energy drinks for children and adolescents BMJ, (339):b5268.

[11] Owens JA et al. (2014): Effect of energy drink and caffeinated beverage consumption on sleep, mood, and performance in children and adolescents. Nutr Rev, 72 Suppl 1:65-71.

[12] Temple JL (2009): Caffeine use in children: What we know, what we have left to learn, and why we should worry, Neuroscience and biobehavioral reviews, (33):793-806

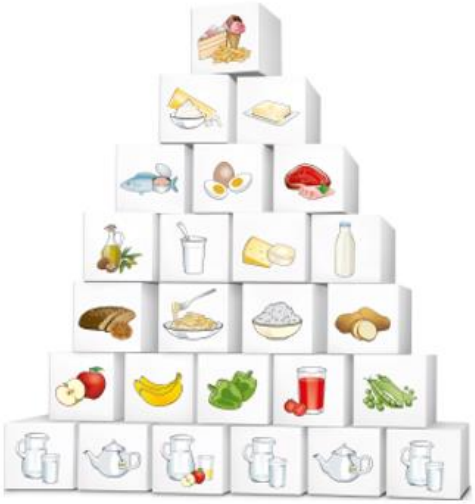
Liste A – Ideale Milchprodukte zum Trinken

Als **ideale Milchprodukte zum Trinken** gelten zum Beispiel:

- Milch, Sauer-/Buttermilch, Molke (natur/ungesüßt)
- Frucht-Milch-Mixgetränke (natürlich gesüßt durch Zusatz von Früchten)

Konsumempfehlungen allgemein:

Milch und Milchprodukte bilden als wichtige Nährstofflieferanten (Eiweiß, Calcium, B-Vitamine etc.) einen wesentlichen Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung. Die Empfehlungen lauten, neben einer Portion Käse täglich 2 Portionen Milchgetränke/Joghurt, bevorzugt als fettarme Varianten, zu konsumieren. Eine Portion entspricht dabei 200 bis 250 g bzw. ml.



www.sozialministerium.at

Selbst zubereitete Frucht-Milch-Mixgetränke:

Optimalerweise werden Frucht-Milch-Mixgetränke (z.B. Bananenmilch oder Erdbeer-Buttermilch) ohne Zusatz von Zucker selbst zubereitet (natürlich gesüßt durch den Fruchtanteil). Die Einhaltung aller hygienischen Standards wird dabei in Einrichtungen zur Gemeinschaftsverpflegung (z.B. in Schulküchen/-buffets, Betriebskantinen) vorausgesetzt.

Zuckergehalt von idealen Milchprodukten zum Trinken:

Aufgrund des breiten Angebots an idealen Milchprodukten zum Trinken (natur/ungesüßt) werden diese Produkte zusammengefasst dargestellt:

Beispiele für verschiedene Produktgruppen	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Sauermilch (500 ml)	3,9
Naturmolke (500 ml)	4,1
Buttermilch (500 ml)	4,2
Ziegenmilch (500 ml)	4,6
Vollmilch (500 ml)	4,7
Milch (fettarm, 500 ml)	4,8

Hinweis: Schafmilch enthält 4,6 g Gesamtzucker auf 100 g, liegt aber mit einem durchschnittlichen Fettgehalt von 5,2 % außerhalb der Orientierungskriterien.

Liste B – Alle Orientierungskriterien erfüllt

Orientierungskriterien*:

- Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei **max. 11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
- Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- Der **Fettgehalt** liegt bei **max. 4,2 %**.

* Die von SIPCAN herangezogenen Beurteilungskriterien decken sich nicht mit den im Anhang der Health Claims Verordnung genannten Kriterien der Kategorien „Zuckerarm“, „Zuckerfrei“, „Fettarm“ bzw. „Fettfrei“ (für nähere Informationen siehe Erläuterungen Punkt a).

Produkte	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Alnatura Lassi Himbeere (2,9 g Fett pro 100 g)	10,0
Alnatura Lassi Mango (2,9 g Fett pro 100 g)	10,0
Alnatura Lassi Zitrone (3,1 g Fett pro 100 g)	10,0
Alpengut Fruchtmolke Erdbeer (0 g Fett pro 100 g)	9,5
Alpengut Fruchtmolke Mango (0 g Fett pro 100 g)	9,5
Alpengut Fruchtmolke Maracuja (0 g Fett pro 100 g)	9,9
Alpengut Joghurtdrink Banane (0,5 g Fett pro 100 g)	10,0
Alpengut Joghurtdrink Erdbeere (0,5 g Fett pro 100 g)	10,0
Alpengut Joghurtdrink Pfirsich-Maracuja (0,5 g Fett pro 100 g)	11,0
Alpengut Joghurtdrink Waldbeere (0,5 g Fett pro 100 g)	11,0
Alpengut Schokomilch (1,9 g Fett pro 100 g)	10,0
Berchtesgadener Land Alpenzwerg Bio-Schokomilch (1,54 g Fett pro 100 g)	8,9
Berchtesgadener Land frische Schokoladen-Milch (3,7 g Fett pro 100 g)	8,9
Billa immer gut Activ Drink Erdbeere (0,9 g Fett pro 100 g)	10,9
Billa immer gut Activ Drink Multifrucht (0,9 g Fett pro 100 g)	10,7
Billa Kakaomilch (1,9 g Fett pro 100 g)	10,1
Billa Vanillemilch (1,4 g Fett pro 100 g)	9,8
Chocomel H-Kakao Dose (2,7 g Fett pro 100 g)	11,0
Clever Aktiv Drink classic (0,9 g Fett pro 100 g)	10,0
Clever Molkegetränk Mango (0,1 g Fett pro 100 g)	9,5
Clever Molkegetränk Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g)	9,9
Danone Actimel Classic (1,6 g Fett pro 100 g)	10,8
Danone Actimel Granatapfel (1,5 g Fett pro 100 g)	11,1
Danone Actimel Kids Erdbeere-Banane (1,5 g Fett pro 100 g)	10,6
Danone FruchtZwerge Bio Milch-Drink choco (1,8 g Fett pro 100 g)	5,0
Danone FruchtZwerge Bio Milch-Drink vanilla (1,5 g Fett pro 100 g)	5,0
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Buttermilch mit Frucht 0,8% Erdbeere (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Kakaodrink 1,5% RFA (1,8 g Fett pro 100 g)	8,2
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Lassi Mango 3,6% (3 g Fett pro 100 g)	11,0
Elite Trinkjoghurt Banane (0,1 g Fett pro 100 g)	11,1
Elite Trinkjoghurt Erdbeer (0,1 g Fett pro 100 g)	10,5
Elite Trinkjoghurt Multifrucht (0,1 g Fett pro 100 g)	11,2
Emmi Choco Latte classic (4 g Fett pro 100 g)	10,0
Gmundner Milch Gmundi Erdbeer-Banane (2,5 g Fett pro 100 g)	9,9
Gmundner Milch Gmundi Mango (2,5 g Fett pro 100 g)	9,9
Gmundner Milch Kakao Milch (1,5 g Fett pro 100 g)	8,0
Good Milk Joghurt Drink Apfel-Mango (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Good Milk Joghurt Drink Erdbeer (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Good Milk Joghurt Drink Exotic (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Good Milk Joghurt Drink Himbeere (0 g Fett pro 100 g)	11,0

Fortsetzung Liste B
Orientierungskriterien erfüllt

Produkte	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Good Milk Joghurt Drink Kirsche Vanille (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Good Milk Joghurt Drink Mango (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Good Milk Joghurt Drink Pfirsich-Maracuja (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Good Milk Joghurt Drink Waldbeere (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Erdbeer (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Himbeer-Preiselbeer (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Weichsel (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Ich bin Österreich Molke Mango (0,1 g Fett pro 100 g)	9,5
Ich bin Österreich Molke Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g)	9,9
Ja! Natürlich Buttermilch Heidelbeer-Brombeere (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Ja! Natürlich Buttermilch Himbeer-Erdbeer (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Ja! Natürlich Buttermilch Mango-Maracuja (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Ja! Natürlich Vanillemilch (3,2 g Fett pro 100 g)	9,4
Kärntnermilch Frumi Molkedrink Mango (0,5 g Fett pro 100 g)	9,3
Kärntnermilch Frumi Molkedrink Maracuja (0,5 g Fett pro 100 g)	9,3
Kärntnermilch Kakao Genuss (1,8 g Fett pro 100 g)	8,3
Kärntnermilch Vitaldrink Erdbeer (0,8 g Fett pro 100 g)	8,5
Kärntnermilch Vitaldrink Waldbeer (0,8 g Fett pro 100 g)	8,8
Ländle Milch Banane (2,4 g Fett pro 100 g)	8,9
Ländle Milch Erdbeere (2,3 g Fett pro 100 g)	9,1
Ländle Milch Schokolade (2,8 g Fett pro 100 g)	9,2
Ländle Milch Vanille (2,3 g Fett pro 100 g)	9,2
Ländle Trinkjoghurt Ananas-Kokos (1 g Fett pro 100 g)	11,0
Ländle Trinkjoghurt Banane (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Ländle Trinkjoghurt Erdbeere (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Ländle Trinkjoghurt Mango (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Ländle Trinkjoghurt Pfirsich-Maracuja (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Ländle Trinkjoghurt Preiselbeere/Granatapfel (0,9 g Fett pro 100 g)	10,0
Lattella Ananas Kokos (0,5 g Fett pro 100 g)	8,9
Lattella Ananas-Papaya (0,5 g Fett pro 100 g)	8,7
Lattella Drachenfrucht (0,5 g Fett pro 100 g)	8,9
Lattella Erdbeer (0,5 g Fett pro 100 g)	8,5
Lattella Himbeer-Zitrone (0,5 g Fett pro 100 g)	9,3
Lattella Kirsch (0,5 g Fett pro 100 g)	8,9
Lattella Mango (0,5 g Fett pro 100 g)	8,7
Lattella Maracuja (0,5 g Fett pro 100 g)	8,8
Lattella Mini Erdbeere (0,5 g Fett pro 100 g)	8,5
Lattella Mini Mango (0,5 g Fett pro 100 g)	8,9
Lattella Pfirsich-Eistee (0,5 g Fett pro 100 g)	8,1
Milfina Fruchtmolke Erdbeere (0,1 g Fett pro 100 g)	9,5
Milfina Fruchtmolke Mango (0,1 g Fett pro 100 g)	9,5
Milfina Fruchtmolke Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g)	9,9
Milfina Trinkjoghurt Erdbeere (0 g Fett pro 100 g)	11,0
Müller Müllermilch Shake Banana Twist (3,3 g Fett pro 100 g)	10,5
Müller Müllermilch Shake Milk Chocolate (3,5 g Fett pro 100 g)	10,8
Müller Müllermilch Shake Smooth Vanilla (3,3 g Fett pro 100 g)	10,0
Müller Müllermilch Shake Sunny Strawberry (3,3 g Fett pro 100 g)	10,3
natürlich für uns Bio Kakaomilch (2,6 g Fett pro 100 g)	11,0

Fortsetzung Liste B
Orientierungskriterien erfüllt

Produkte	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Nestlé Nesquik All Natural Drink (0,9 g Fett pro 100 g)	7,3
Nöm Kakaomilch (1,5 g Fett pro 100 g)	8,9
Nöm Kakaomilch laktosefrei (1,8 g Fett pro 100 g)	8,8
Nöm to go Bananenmilch (1,3 g Fett pro 100 g)	9,6
Nöm to go Erdbeermilch (1,3 g Fett pro 100 g)	9,6
Nöm to go Schokomilch (1,6 g Fett pro 100 g)	10,0
Nöm to go Vanillemilch (1,4 g Fett pro 100 g)	10,0
Nöm Vanillemilch (1,4 g Fett pro 100 g)	8,9
Ovomaltine Drink (2 g Fett pro 100 g)	9,2
SalzburgMilch Alex Schoko-Milch (1,9 g Fett pro 100 g)	9,5
SalzburgMilch Fruchtmolke Mango (0 g Fett pro 100 g)	9,5
SalzburgMilch Fruchtmolke Maracuja (0 g Fett pro 100 g)	9,9
SalzburgMilch Lisa Vanille-Milch (1,4 g Fett pro 100 g)	9,9
SalzburgMilch Trinkjogurt Erdbeere (0,9 g Fett pro 100 g)	9,5
SalzburgMilch Trinkjogurt Heidelbeer-Vanille (0,9 g Fett pro 100 g)	9,5
S-Budget Molke Mango (0,3 g Fett pro 100 g)	9,9
S-Budget Molke Maracuja (0,3 g Fett pro 100 g)	9,9
Schärdinger Frisch Mix Buttermilch Erdbeer (0,9 g Fett pro 100 g)	9,9
Schärdinger Frisch Mix Buttermilch Heidelbeer (0,9 g Fett pro 100 g)	9,9
Schärdinger Kakao (3,6 g Fett pro 100 g)	8,4
Schärdinger Schokodrink (1,6 g Fett pro 100 g)	6,1
Schärdinger Schokomilch (0,7 g Fett pro 100 g)	8,5
Schärdinger Trinktraum Banane (2,4 g Fett pro 100 g)	8,8
Schärdinger Trinktraum Beeren (2,4 g Fett pro 100 g)	9,3
Schärdinger Trinktraum Erdbeer (2,6 g Fett pro 100 g)	9,5
Schärdinger Trinktraum Mango-Maracuja (2,4 g Fett pro 100 g)	9,2
Schärdinger Trinktraum Pina Colada (2,6 g Fett pro 100 g)	9,5
Schärdinger Trinktraum Schoko (2,7 g Fett pro 100 g)	9,3
Schärdinger Trinktraum Vanille (2,7 g Fett pro 100 g)	8,9
Spar Kakao Drink (1,8 g Fett pro 100 g)	7,7
Spar Natur Pur Bio Buttermilch Erdbeer (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Spar Natur Pur Bio Buttermilch Heidelbeere (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Spar Natur Pur Bio Buttermilch Mango (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Spar Natur Pur Bio Buttermilch Orange-Banane (0,9 g Fett pro 100 g)	11,0
Spar Natur Pur Bio Fruchtmolke Mango (0,5 g Fett pro 100 g)	9,4
Spar Natur Pur Bio Fruchtmolke Maracuja (0,5 g Fett pro 100 g)	9,8
Spar Natur Pur Bio Vanillemilch (4,2 g Fett pro 100 g)	8,9
Spar Schoko Drink (1,9 g Fett pro 100 g)	10,0
Stainzer Buttermilch Heidelbeer-Holunder (0,7 g Fett pro 100 g)	11,0
Stainzer Buttermilch Himbeer (0,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Starbucks Signature Chocolate (1,8 g Fett pro 100 g)	8,2
Tirol Milch Kakao (3,6 g Fett pro 100 g)	8,4
Tirol Milch Tiroler Buttermilch Erdbeer (0,9 g Fett pro 100 g)	9,9
Tirol Milch Tiroler Buttermilch Heidelbeer (0,9 g Fett pro 100 g)	9,9
Vanille Drink (1,4 g Fett pro 100 g)	9,8
Zott Monte Drink (2,2 g Fett pro 100 g)	10,2

Liste C – Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g

Orientierungskriterien* nicht erfüllt:

- Der **Gesamtzuckergehalt** liegt **über 11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
- Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- Der **Fettgehalt** liegt **möglicherweise über 4,2 %**.

* Die von SIPCAN herangezogenen Beurteilungskriterien decken sich nicht mit den im Anhang der Health Claims Verordnung genannten Kriterien der Kategorien „Zuckerarm“, „Zuckerfrei“, „Fettarm“ bzw. „Fettfrei“ (für nähere Informationen siehe Erläuterungen Punkt a).

Produkte	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Andechser Natur Bio Lassi Himbeere (2,6 g Fett pro 100 g)	11,6
Andechser Natur Bio Lassi Mango (2,6 g Fett pro 100 g)	11,7
Benco Kakao Drink (1,8 g Fett pro 100 g)	12,0
Chocomel H-Kakao Flasche (2,7 g Fett pro 100 g)	12,0
Danone Actimel Erdbeere (1,5 g Fett pro 100 g)	11,9
Danone Actimel Multifrucht (1,5 g Fett pro 100 g)	12,5
Danone Actimel Waldfrucht (1,5 g Fett pro 100 g)	11,9
Dennree Lassi Erdbeer-Himbeer (1,3 g Fett pro 100 g)	12,0
Dennree Lassi Mango (1,3 g Fett pro 100 g)	13,0
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Buttermilch mit Frucht 0,8% Heidelbeere (0,8 g Fett pro 100 g)	12,0
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Buttermilch mit Frucht 0,8% Mango-Maracuja (0,8 g Fett pro 100 g)	12,0
Elite Trinkjoghurt Pfirsich-Maracuja (0,1 g Fett pro 100 g)	12,1
Elite Trinkjoghurt Vanille (0,1 g Fett pro 100 g)	12,1
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Heidelbeere (0,8 g Fett pro 100 g)	12,0
Hofer zurück zum Ursprung Buttermilch Mango-Maracuja (0,8 g Fett pro 100 g)	12,0
Ja! Natürlich Schokomilch (3,8 g Fett pro 100 g)	12,0
koawach Original Schoko (2,1 g Fett pro 100 g)	12,0
koawach Schoko Mandel (1,9 g Fett pro 100 g)	12,0
Milfina Trinkjoghurt Mango (0 g Fett pro 100 g)	12,0
Milfina Trinkjoghurt Pfirsich-Maracuja (0 g Fett pro 100 g)	13,0
Milfina Trinkjoghurt Vanille (0 g Fett pro 100 g)	13,0
Molkerei Biedermann Biolassi Ananas-Kokos (3,4 g Fett pro 100 g)	12,0
Molkerei Biedermann Biolassi Himbeere (2,8 g Fett pro 100 g)	13,0
Molkerei Biedermann Biolassi Mango (2,9 g Fett pro 100 g)	12,0
Molkerei Biedermann Biolassi Mango laktosefrei (2,9 g Fett pro 100 g)	12,0
S-Budget Milch Shake Bourbon Vanille (5,2 g Fett pro 100 g)	11,9
Yakult (0 g Fett pro 100 g)	14,0

Liste D – Süßstoffe/Zuckeraustauschstoffe enthalten

Orientierungskriterien* nicht erfüllt:

- Der **Gesamtzuckergehalt** liegt möglicherweise **über 11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
- Es sind **Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- Der **Fettgehalt** liegt **möglicherweise über 4,2 %**.

* Die von SIPCAN herangezogenen Beurteilungskriterien decken sich nicht mit den im Anhang der Health Claims Verordnung genannten Kriterien der Kategorien „Zuckerarm“, „Zuckerfrei“, „Fettarm“ bzw. „Fettfrei“ (für nähere Informationen siehe Erläuterungen Punkt a).

Produkt	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Chiefs Banana Beach (1 g Fett pro 100 g)	2,5
Chiefs Choco Mountain (1,4 g Fett pro 100 g)	2,5
Chiefs Strawberry (1,1 g Fett pro 100 g)	2,5
Danone Actimel 0% Himbeere (0,1 g Fett pro 100 g)	3,1
Danone Actimel Multifrucht 0% (0,1 g Fett pro 100 g)	3,1
Good Milk active Drink Classic (0,9 g Fett pro 100 g)	3,9
Lattella Light Mango Maracuja (0,5 g Fett pro 100 g)	4,5
Lattella Protein Berry-Lemon (0,5 g Fett pro 100 g)	2,8
Lattella Protein Mango-Maracuja (0,5 g Fett pro 100 g)	3,5
Nöm Fasten Joghurt Drink Ananas Kokos (0,1 g Fett pro 100 g)	4,1
Nöm Fasten Joghurt Drink Erdbeer (0,1 g Fett pro 100 g)	3,7
Nöm Fasten Joghurt Drink Himbeere (0,1 g Fett pro 100 g)	3,8
Nöm Fasten Joghurt Drink Pfirsich-Mango (0,1 g Fett pro 100 g)	4,0
Nöm Fasten Joghurt Drink Waldbeer (0,1 g Fett pro 100 g)	3,8
Nöm PRO Drink Banane (0,2 g Fett pro 100 g)	5,2
Nöm PRO Drink Erdbeere (0,2 g Fett pro 100 g)	5,0
Nöm PRO Drink Kakao (0,3 g Fett pro 100 g)	4,8
Nöm PRO Drink Vanilla (0,2 g Fett pro 100 g)	5,2
Yakult Plus (0 g Fett pro 100 g)	3,9

Liste E – Zu hoher Fettgehalt pro 100 g

Orientierungskriterien* nicht erfüllt:

- Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei max. **11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
- Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
- Der **Fettgehalt** liegt **über 4,2 %**.

* Die von SIPCAN herangezogenen Beurteilungskriterien decken sich nicht mit den im Anhang der Health Claims Verordnung genannten Kriterien der Kategorien „Zuckerarm“, „Zuckerfrei“, „Fettarm“ bzw. „Fettfrei“ (für nähere Informationen siehe Erläuterungen Punkt a).

Produkt	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
koawach Weiße Schoko (5,8 g Fett pro 100 g)	11,0
Penny ready milk shake Bourbon Vanille (5,6 g Fett pro 100 g)	10,6
Penny ready milk shake Erdbeere (5,5 g Fett pro 100 g)	10,0
Penny ready milk shake Schoko (6 g Fett pro 100 g)	9,2
Penny ready shake Banane (5,5 g Fett pro 100 g)	10,0
S-Budget Milch Shake Banane (5,5 g Fett pro 100 g)	10,0
S-Budget Milch Shake Erdbeere (5,4 g Fett pro 100 g)	10,9
S-Budget Milch Shake Schoko (6 g Fett pro 100 g)	10,2
Spar Natur Pur Bio Schokomilch (4,9 g Fett pro 100 g)	8,5

Anhang – Kaffeegetränke

- Alle Orientierungskriterien* erfüllt
- Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g
- Süßstoffe/Zuckeraustauschstoffe enthalten
- Zu hoher Fettgehalt pro 100 g (trifft auf keines der recherchierten Produkte zu)

* Die von SIPCAN herangezogenen Beurteilungskriterien decken sich nicht mit den im Anhang der Health Claims Verordnung genannten Kriterien der Kategorien „Zuckerarm“, „Zuckerfrei“, „Fettarm“ bzw. „Fettfrei“ (für nähere Informationen siehe Erläuterungen Punkt a).

Kaffeegetränke - Alle Orientierungskriterien erfüllt:

Der **Gesamtzuckergehalt** liegt bei **max. 11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
Der **Fettgehalt** liegt bei **max. 4,2 %**

Produkt	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Alnatura Kaffeedrink Caffè Latte Macchiato (2,9 g Fett pro 100 g)	7,6
Andechser demeter Cappuccino (3,5 g Fett pro 100 g)	7,0
Billa Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	9,9
Billa Cappuccino laktosefrei (1,3 g Fett pro 100 g)	8,3
Billa immer gut Protein Caffè Latte (0,5 g Fett pro 100 g)	6,2
Billa immer gut Zimt Latte 100% Arabica (3 g Fett pro 100 g)	9,3
Billa Latte Espresso laktosefrei (1,2 g Fett pro 100 g)	4,1
Billa Latte Macchiato (3 g Fett pro 100 g)	10,0
Clever Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	8,5
Clever Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g)	7,7
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Kaffeegetränk Espresso (1 g Fett pro 100 g)	6,7
Ein gutes Stück Heimat AMA Bio Kaffeegetränk Latte Macchiato (3,9 g Fett pro 100 g)	7,9
Emmi Caffè Latte Cappuccino (1,2 g Fett pro 100 g)	9,1
Emmi Caffè Latte Double Zero (1,7 g Fett pro 100 g)	3,9
Emmi Caffè Latte Extra Shot (0,7 g Fett pro 100 g)	8,8
Emmi Caffè Latte Macchiato (4 g Fett pro 100 g)	7,4
Emmi Caffè Latte Vanilla (2,1 g Fett pro 100 g)	8,8
Gmundner Milch Coffee Drink Classic (1,9 g Fett pro 100 g)	8,0
Hofer amaroy Caffé Latte Espresso (1,2 g Fett pro 100 g)	8,2
Hofer amaroy Caffé Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g)	7,7
Hofer Zurück zum Ursprung Latte Espresso (1 g Fett pro 100 g)	6,7
Hofer Zurück zum Ursprung Latte Macchiato (3,9 g Fett pro 100 g)	7,9
Jacobs Icepresso (0,1 g Fett pro 100 g)	9,4
Jacobs Icepresso Latte (0,1 g Fett pro 100 g)	9,0
Jeden Tag Eiscaffe Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	9,6
Jeden Tag Eiscaffe Latte Macchiato (3,9 g Fett pro 100 g)	8,1
Lattesso Cappuccino (1,2 g Fett pro 100 g)	9,5
Lattesso Macchiato Lungo (3,8 g Fett pro 100 g)	8,3
Lattesso Salted Caramel (1,3 g Fett pro 100 g)	8,9
Lattesso Zero (1,2 g Fett pro 100 g)	4,0
Lidl Select & Go Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	8,5
Lidl Select & Go Latte Macchiato (3,9 g Fett pro 100 g)	7,4
Maresi Vienna Ice Coffee Classic (3,9 g Fett pro 100 g)	9,2
Maresi Vienna Ice Coffee Latte (2 g Fett pro 100 g)	8,8

Fortsetzung Kaffeegetränke - Orientierungskriterien erfüllt

Produkt	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Molkerei Biedermann Caffee Latte Macchiato (2,8 g Fett pro 100 g)	8,9
Molkerei Biedermann Caffee Latte Macchiato laktosefrei (1,4 g Fett pro 100 g)	7,4
natürlich für uns Bio Latte Macchiato (1,3 g Fett pro 100 g)	8,6
Nescafé Typ Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	7,8
Nescafé Typ Latte (1,3 g Fett pro 100 g)	7,7
Nescafé Typ Latte Caramel (1,3 g Fett pro 100 g)	7,7
Nescafé Xpress black roast (0 g Fett pro 100 g)	5,8
Nescafé Xpress Latte (1,9 g Fett pro 100 g)	8,0
Nescafé Xpress Original (1 g Fett pro 100 g)	6,6
Nöm to go Café Cappuccino (1,2 g Fett pro 100 g)	7,9
Nöm to go Café Espresso (1,2 g Fett pro 100 g)	6,8
Nöm to go Latte Macchiato (4 g Fett pro 100 g)	7,9
Penny Ready Caffé Latte Capuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	8,5
Penny Ready Caffé Latte Espresso (1,2 g Fett pro 100 g)	9,0
Penny Ready Caffé Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g)	7,7
Rauch Cafemio Cappuccino (2,7 g Fett pro 100 g)	10,3
Rauch Cafemio Espresso Macchiato (1,9 g Fett pro 100 g)	11,1
Rauch Cafemio Latte Macchiato Vanilla (2,7 g Fett pro 100 g)	10,3
Rauch Cafemio Macchiato (1,9 g Fett pro 100 g)	10,2
S-Budget Cappuccino (1,3 g Fett pro 100 g)	9,6
S-Budget Latte Espresso (1,2 g Fett pro 100 g)	9,0
S-Budget Latte Macchiato (4,1 g Fett pro 100 g)	8,5
S-Budget Latte Macchiato Karamel Geschmack (4,1 g Fett pro 100 g)	8,4
Spar Enjoy Cappuccino (1,5 g Fett pro 100 g)	8,9
Spar Enjoy Latte Macchiato (4,2 g Fett pro 100 g)	8,4
Spar Natur Pur Bio Latte Macchiato (3,9 g Fett pro 100 g)	7,7
Spar Natur Pur Bio Latte Macchiato ohne Zuckerzusatz (2,2 g Fett pro 100 g)	4,1
Starbucks Caffè Latte (2,6 g Fett pro 100 g)	9,1
Starbucks Cappuccino (2,5 g Fett pro 100 g)	8,5
Starbucks Caramel Macchiato (1,6 g Fett pro 100 g)	9,1
Starbucks Doubleshot Espresso (2,6 g Fett pro 100 g)	8,5
Starbucks Hazelnut Macchiato (2,6 g Fett pro 100 g)	9,2
UNIpur Cappuccino (3,2 g Fett pro 100 g)	8,4
UNIpur Macchiato (3,2 g Fett pro 100 g)	8,1

Kaffeegetränke - Zu hoher Zuckergehalt pro 100 g:

Der **Gesamtzuckergehalt** liegt **über 11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
Es sind **keine Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
Der **Fettgehalt** liegt möglicherweise über **4,2 %.**

Produkt	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Maresi Vienna Ice Coffee Vanilla (5,3 g Fett pro 100 g)	12,0

Kaffeegetränke - Süßstoffe/Zuckeraustauschstoffe enthalten:

Der **Gesamtzuckergehalt** liegt möglicherweise **über 11,5 g/100 g bzw. 100 ml**.
Es sind **Süßstoffe und/oder Zuckeraustauschstoffe** enthalten.
Der **Fettgehalt** liegt **möglicherweise über 4,2 %**.

Produkt	Gesamt-zucker (g pro 100 g)
Emmi Caffè Latte Balance (0,6 g Fett pro 100 g)	4,0
Emmi Caffè Latte High Protein (1,1 g Fett pro 100 g)	2,9
S-Budget Latte Macchiato Light (0,8 g Fett pro 100 g)	6,1
Starbucks Skinny Latte (0,9 g Fett pro 100 g)	3,7