

Oversigt over næringsindhold i sukkerfrie slikprodukter



Slik uden tilsat sukker er ofte sødet med sukkeralkoholer (polyoler) som isomalt, maltitol, maltitolsirup, sorbitol og xylitol. Disse påvirker blodsukkeret og giver energi – dog ikke helt så meget som sukker.

For at undgå for stor en stigning i blodsukkeret er det hensigtsmæssigt kun at spise, hvad der svarer til 10 g kulhydrat pr. dag af sukkeralkoholer. Indtages der større mængder, bør man tælle det med som kulhydrat. Energigivende sødestoffer anvendt i større mængder kan i øvrigt medføre mavegener.

Værdierne er angivet pr. 100 g. Er rubrikken tom, skyldes det manglende information. Kulhydrat og sukkeralkohol er afrundet til nærmeste halve gram.

Produkt	Producent	Energi (kJ/kcal)	Kulhydrat	Sukkeralkohol	Sødestoffer	Fedt
100 % Ren lakrids, økologisk, Kingfisher	Coala's Naturprodukter ApS	85 kJ/20 kcal	5 g	0 g	Ingen	0 g
Apropolis pastiller, flere varianter	Bio-propolis	884 kJ/214 kcal	58,5 g	56 g	Sorbitol Maltitol Sucralose Steviolglycosid	0,2 g
Blandede bolcher, ikke tilsat sukker	Coala's Naturprodukter ApS	780 kJ/190 kcal	5 g		Steviolglycosid Sucralose	0 g
Cola gums	De Bron	970 kJ/230 kcal	87 g	72 g	Maltitol	0,2 g
Crème Caramel, bolcher	Dominion	1171 kJ/282 kcal	88 g	87,5 g	Isomalt Sucralose	7,7 g
Easis bolsjer uden tilsat sukker, flere varianter	Easis	730-742 kJ/174-177 kcal	5,5-6 g	0 g	Sucralose	0 g
Evers Blandede Bolcher, sukkerfri	Carletti	909 kJ/221 kcal	55 g		Maltitolsirup	<1 g

Produkt	Producent	Energi (kJ/kcal)	Kulhydrat	Sukkeralkohol	Sødestoffer	Fedt
Evers Peberbolcher, sukkerfri	Carletti	905 kJ/220 kcal	55 g		Maltitolsirup	<1 g
Fischerman's Friend Pastiller, flere varianter	Lofthouse of Fleetwood Ltd.	1007-1047 kJ/241-251 kcal	91-97 g	86-91 g	Sorbitol Sucralose Acesulfam K	<1,3
Fribol bolcher, flere varianter	Han Herred Bolcher	837 kJ/200 kcal	18 g		Sucralose	0 g
Frisk pastiller, flere varianter	Perfetti Van Melle	963 kJ/230 kcal	94 g		Sorbitol Aspartam Acesulfam K	0 g
Frugtvingummi	Coala's Naturprodukter ApS	874 kJ/209 kcal	71 g		Maltitol	0,2 g
Ga-Jol Sukkerfri pastiller, flere varianter	Toms Gruppen A/S	700-860 kJ/170-210 kcal	35-53 g	33-36 g	Sorbitol Maltitol	0,3 g
Halls Sugar Free, flere varianter	Kraft Foods	970-980 kJ/230-235 kcal	95,5 g	95,5-96 g	Isomalt Aspartam Acesulfam K	0 g
Haribo Stevi-Lakrids	Haribo	757 kJ/185 kcal	16 g		Maltitolsirup Steviolglycosid	<0,5 g
Hustol sukkerfri pastiller	Hustol	816-909 kJ/197-220 kcal	43-48 g	36-41 g	Sorbitol Maltitol Acesulfam K Aspartam	0,1-0,3 g
Hustol sukkerfri frugtpastiller	Hustol	888-893 kJ/215-126 kcal	45-46 g	41-42 g	Sorbitol Maltitol Acesulfam K Aspartam	<0,5 g
Håndlavede blandede bolcher	Coala's Naturprodukter ApS	780 kJ/190 kcal	5 g	0 g	Steviolglycosid Sucralose	0 g
Ice Mints med blåbærsmag, Kingfisher	Coala's Naturprodukter ApS	1015 kJ/243 kcal	99 g		Sorbitol Steviolglycosid	0,4 g
Ice Mints med granatæblesmag, Kingfisher	Coala's Naturprodukter ApS	1015 kJ/243 kcal	99 g		Sorbitol Steviolglycosid	0,4 g
Lakrids, bolcher	Dominion	946 kJ/227 kcal	93 g	92 g	Isomalt Sucralose	0 g
Lakrids, små sorte, Kingfisher	Coala's Naturprodukter ApS	1355 kJ/320 kcal	66,5 g	0 g		
Lakridspoter	Coala's Naturprodukter ApS	955 kJ/228 kcal	83,5 g		Maltitol	0,2 g

Produkt	Producent	Energi (kJ/kcal)	Kulhydrat	Sukkeralkohol	Sødestoffer	Fedt
Lakridstabletter, Kingfisher	Coala's Naturprodukter ApS	900 kJ/214 kcal	92 g		Sorbitol	
Läkerol, flere varianter	Cloetta	734-846 kJ/178-205 kcal	42-55 g	38-55 g	Maltitol Sorbitol Steviolglycosid	0,1 g
Marshmallows	Coala's Naturprodukter ApS	854 kJ/204 kcal	75 g		Maltitolsirup Isomalt	
Nellie Dellies slikpose, flere varianter	Toms Gruppen A/S	700-850 kJ/170-200 kcal	6-18 g	0-5 g	Steviolglycosid	0,1-0,2 g
Peberbolcher	Coala's Naturprodukter ApS	780 kJ/190 kcal	5 g		Steviolglycosid	0 g
Ricola Schweiziske urtebolcher, flere varianter	Ricola Ltd.	990 kJ/235 kcal	97-98 g	95-96 g	Isomalt Aspartam Acesulfam K Sorbitol Steviolglycosid	0 g
Rustne Søm, ikke tilsat sukker	Coala's Naturprodukter ApS	837 kJ/200 kcal	11 g		Sucralose	0 g
Saltlakrids-hjerter	Coala's Naturprodukter ApS	732 kJ/178 kcal	48,5 g		Maltitol	0,2 g
Salt Liquorice	De Bron	735 kJ/180 kcal	50 g	49,5 g	Maltitol	0,2 g
Spejderbolcher, ikke tilsat sukker	Coala's Naturprodukter ApS	420 kJ/100 kcal	4 g		Steviolglycosid	0 g
Sun Fruits, bolcher	Dominion	986 kJ/236 kcal	96,5 g	94 g	Isomalt Sucralose	0,1 g
Urtelakrids	Coala's Naturprodukter ApS	951 kJ/224 kcal	68 g		Maltitol	0,2 g
Vicks sukkerfri, flere varianter	Vicks	955-976 kJ/228-233 kcal	95-97 g		Isomalt Xylitol Acesulfam K Sucralose	
Vivil CremeLife sukkerfri bolcher, flere varianter	Vivil	1018-1237 kJ/244-298 kcal	85 g-97 g	85-97 g	Isomalt Maltitol Acesulfam K	1,7-10,1 g
Werther's Original, mini	STORCK	1210 kJ/289 kcal	87 g		Isomalt Acesulfam K	8,8 g

Kilder: Producenternes egne oplysninger