



¿Sabe cuántos gramos de azúcar contienen sus bebidas favoritas? La cantidad puede sorprenderle. Vea los siguientes gráficos para ver la cantidad de azúcar que contienen algunas de las bebidas más populares.



SODA

Bebida (20oz.)	Calorias	Azúcar (g)	Bebida (20 oz)	Calorias	Azúcar (g)
Coca Cola	240	65	Mountain Dew	290	77
Coca Cola Vainilla	260	70	Pepsi	250	69
Coca Cola Cereza	260	70	Sprite	240	64
Fanta Fresa	300	80	Dr Pepper	250	64
Fanta Uva	300	81			



TE HELADO

Drink (20 oz)	Calorias	Azúcar (g)
Fuze Te	120	31
Gold Peak Te	180	45
Brisk Iced Te Limón	130	33
Brisk Iced Te	100	27
Brisk Limonada	180	47



BEBIDA ENÉRGICA

Bebida	Calorias	Azúcar (g)
Monster (16 oz)	200	54
Rock Star (16 oz)	280	62
Red Bull (8 oz)	110	28



BEBIDA DEPORTIVA

Bebida (20 oz.)	Calorias	Azúcar (g)
Power Aid	130	35
Vitamin Water	120	32
Gatorade	150	35
Gatorade G2	50	12

BEBIDAS AZUCARADAS



LECHE

Bebida (8 oz)	Calorias	Azúcar (g)
Leche 1%	103	12
Chocolate 1%	160	27
Fresa 1%	170	30



LECHE DE ALMENDRA

Bebida (8 oz)	Calorias	Azúcar (g)
Original	60	7
Vainilla	90	16
Chocolate	100	17
Sin Azúcar	30	0



LECHE DE SOYA

Bebida (8 oz)	Calorias	Azúcar(g)
Leche de Soya	110	6
Soya de Vainilla	100	9
Soya de Chocolate	120	17



JUGO

Bebida (8 oz)	Calorias	Azúcar(g)
Naranja	110	23
Naranja Light	80	10
Manzana	120	28
Arándanos	110	28
MM Berry Punch	90	25