

# Myslíte si, že máte cukr pod kontrolou?

Získejte rychlý přehled o rozdílech v množství cukru běžných potravin.

Začněte volbou druhu svého povolání

Sedavé zaměstnání

fyzicky středně náročné zaměstnání

# KVÍZ

Musí člověk konzumovat cukr?

**Cukr není ve stravě pro život nezbytný, protože tělo si jeho potřebné množství vytváří samo.**



**Ano**

**Špatně**

**Ne**

**Správně**

← Zpět do volby  
zaměstnání

← Předchozí  
otázka



Pokračovat do  
porovnávače →

# KVÍZ

Musí člověk konzumovat cukr?

**Cukr není ve stravě pro život nezbytný, protože tělo si jeho potřebné množství vytváří samo.**

Ano

Ne

Správně



< Zpět do volby  
zaměstnání

< Předchozí  
otázka



Pokračovat do  
porovnávače >

Doporučené množství cukru na den pro  
dospělou osobu se sedavým zaměstnáním

✕




32 g




47 g

změnit



10 g



✕



VŠE

OVOCE

ZELENINA

ČOKOLÁDOVÉ TYČINKY

FITNESS TYČINKY

SLAZENÉ NÁPOJE

JOGURTY

Méně koncentrované <



> Více koncentrované

← Zpět do kvízu

Doporučené množství cukru na den pro  
dospělou osobu se sedavým zaměstnáním

47 g

změnit



Zvolte potravinu  
ve spodní nabídce.

Zvolte potravinu  
ve spodní nabídce.

VŠE

OVOCE

ZELENINA

ČOKOLÁDOVÉ TYČINKY

FITNESS TYČINKY

SLAZENÉ NÁPOJE

JOGURTY

Méně  
koncentrované



Více  
koncentrované