

## **Michael Sonntag**

prakt. Arzt  
Chirotherapie - Homöopathie  
Marktstr. 24  
97450 Arnstein

---

Michael Sonntag, prakt. Arzt, Marktstr. 24, 97450 Arnstein

### **Lebensmittel, die Zucker enthalten können:**

Süßigkeiten

Gewürzmischung

Ketchup

Eiswaren

Salatsaucen

Kuchen & Gebäck

Backmischungen

Früchtejoghurt

„Instant“-Teesorten

Früchtequark

Mayonnaise

Bouillons

Vollrohrzucker,

Melasse,

Zuckerrübensirup,

Dextrose, Glucose, Traubenzucker

Lebensmittel aus der Dose/Glas z.B.

weiße Bohnen und Mais, fertige

Salate z.B. Fleischsalat...

### **Außerdem sollten gemieden werden:**

Lebensmittel, die Dextrose, Saccharose, Glucose enthalten

### **Lebensmittel, die keinen Zucker enthalten:**

Stevia (Bioladen), Frutilose, Fruchtzucker (raffiniert) in kleinen Mengen,

### **Süßungsmittel:**

Agavensirup

Kanadischer Ahornsirup