

# ¿Cuánto azúcar tiene su bebida?

rethink  
YOUR DRINK



**Gramos de azúcar ÷ 4 = Cucharaditas de azúcar**

**56 Gramos de azúcar ÷ 4 = 14 Cucharaditas de azúcar**

## Datos de Nutrición

Tamaño por porción:  
1 botella - 20 fl oz (591mL)

Cantidad por porción

Calorías 227      Calorías de Grasa 0

% Valor Diario\*

Grasa 0g      0%

Sodio 25mg      1%

Carbohidrato Total 59g      20%

**Azúcares 56g**

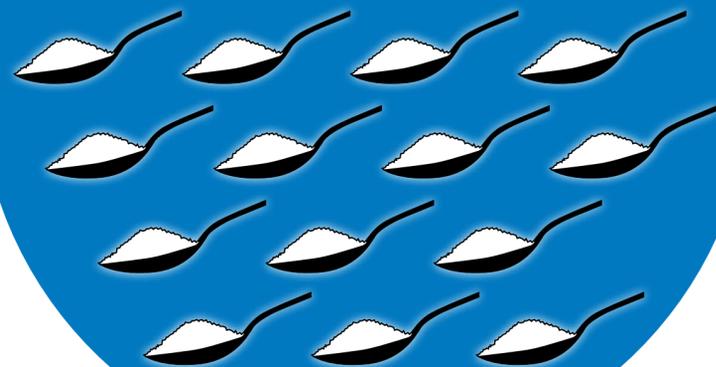
Proteínas 0g

No es una fuente importante de calorías de grasa, grasa saturada, grasa trans, colesterol, fibra dietética, vitamina A, vitamina C, calcio y hierro.

\* Los porcentajes de Valor Diario (VD) están basados en una dieta de 2,000 calorías."

Ingredientes: agua carbonatada, jarabe de maíz con alto contenido de fructosa, color caramelo, ácido fosfórico, sabores naturales, cafeína.

**14**  
Cucharaditas de azúcar



**Elija la salud. Tome agua.**

CAMPEONES  
del CAMBIO™

CDPH  
California Department of  
Public Health

Este material fue producido por la Rama de Educación en Nutrición y Prevención de la Obesidad del Departamento de Salud Pública de California con fondos de SNAP-Ed del USDA, conocido en California como CalFresh. Estas instituciones son proveedoras y empleadoras que ofrecen oportunidades equitativas. CalFresh provee asistencia a gente con bajos ingresos y puede ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor salud. Para información sobre CalFresh, llame al 1-888-9-COMIDA. Para información nutricional, visite [www.CampeonesDelCambio.net](http://www.CampeonesDelCambio.net).

#300198 Rev. 05/15