Fruitdrankjes nauwelijks gezonder dan jus

24-05-2007 00:00

Fruitdrankjes zijn nauwelijks gezonder dan gewone sinaasappelsap. Dat blijkt uit een test van veertien drankjes door de Consumentenbond.

Op de verpakking van de onderzochte drankjes staat dat ze voorzien in de dagelijkse hoeveelheid groente en fruit. Maar dat blijkt niet het geval te zijn. Zo zit er in Tropicana Original Orange en Zonnatura Sappa Tropisch Oranje maar twintig procent van de hoeveelheid voedingsvezels die normaliter mag worden verwacht in groente en fruit.

De hoeveelheid vitamine C en foliumzuur is wel goed vertegenwoordigd in de drankjes. Twee op de drie drankjes hebben vergelijkbare hoeveelheden als gewone groenten en fruit. Bijzonder is het niet, aldus de Consumentenbond, want dit geldt ook voor een pak sinaasappelsap. Hoewel op de verpakkingen staat dat het gaat om een aanvulling op de dagelijkse hoeveelheid groente en fruit, meent de bond dat consumenten op het verkeerde been worden gezet.