



Test ledových čajů

Šetří čajem, ale nešetří cukrem

Se sladídy

Nestea Zero Green tea Lemon

cena za litr: 19,90 Kč

výrobce/distributor: Coca-Cola

složení: voda, extrakt ze zeleného čaje, kyselina: kyselina citronová, citronová šťáva z koncentrátu, regulátor kyselosti: citronany sodné, přírodní aroma, antioxidant: kyselina askorbová, sladidla: aspartam, acesulfam K a sukralóza

energetická hodnota: 4 kJ/100 ml

obsah cukru: 0 g

čaj: extrakt ze zeleného čaje 0,14 %

ochucení: citronová šťáva z koncentrátu 0,1 %, aroma

přidatné látky: E300 kyselina askorbová, E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné, E951 aspartam, E950 acesulfam K, E955 sukralóza

Nápoj známé značky v light variantě neobsahuje žádný cukr, přesto je hodně sladký, slazen je totiž směsí tří syntetických sladidel, energetický obsah je prakticky nulový. Nízký obsah čajového extraktu i ovocné šťávy.

Neobsahuje žádný cukr.

San Terra Light IceTea Lemon Taste

cena za litr: 4,60 Kč

výrobce/distributor: Kaufland

složení: pitná voda, kyselina: kyselina citronová, extrakt černého čaje, přírodní aroma, sladidla (sodná sůl kyseliny cyklamové, aspartam, acesulfam K, sodná sůl sacharinu), konzervant: sorban draselný, antioxidant: kyselina L-askorbová

energetická hodnota: 5 kJ/100 ml

obsah cukru: 0

čaj: extrakt černého čaje 0,12 %

ochucení: přírodní aroma

slazení: sladidla (cyklamáty, aspartam, acesulfam K, sacharin)

přidatné látky: E202 sorban draselný, E300 kyselina askorbová, E330 kyselina citrónová, E950 acesulfam K, E951 aspartam, E952 kyselina cyklamová a její sodná a vápenatá sůl, E954 sacharin a jeho sodná, draselná a vápenatá sůl

Nejlevnější ze všech 12 testovaných nápojů. Neobsahuje žádnou ovocnou šťávu, citronovou chuť dodává aroma, je chemicky konzervován. Je bez cukru, proto má prakticky nulovou energetickou hodnotu, třebaže je hodně sladký - díky syntetickým sladidlům.

Neobsahuje žádný cukr.

S cukrem a sladídy

Fruity Grüner Tee Zitronen

cena za litr: 16,90 Kč

výrobce/distributor: HPF Austria

složení: uvařený zelený čaj (pitná voda, zelený čaj), cukr, citronová šťáva z koncentrátu, kyselina: kyselina citronová, regulátor kyselosti: citronany sodné

sladidla: sodná sůl kyseliny cyklamové, sodná sůl sacharinu, aroma

energetická hodnota: 56 kJ/100 ml

obsah cukru: 3,1 g/100 ml

čaj: 95,5 % uvařený zelený čaj (pitná voda, zelený čaj)

ochucení: citronová šťáva z koncentrátu 0,1 %, aroma

přidatné látky: E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné, E952 kyselina cyklamová a její sodná a vápenatá sůl, E954 sacharin a jeho sodná, draselná a vápenatá sůl

Rakouský nápoj balený v kartonu, ve kterém jsou obvykle prodávány džusy, je vyroben z uvařeného čaje, ale množství čajového extraktu se na obale nedeclaruje. Citronové šťávy je pouhá kapka, neobsahuje barviva ani konzervanty. Má nižší energetickou hodnotu, protože je slazen řepným cukrem i náhradními sladídy.

V jednom litru je **31 gramů cukru**, to je **7,8** kostek, což představuje **31 %** denní dávky.

S cukrem

Pfanner Green Tea s citronem a opuncí

cena za litr: 19,90 Kč

výrobce/distributor: Pfanner Austria

složení: nálev zeleného čaje (pitná voda, zelený čaj), cukr, ovocná šťáva z koncentrátu ovocné šťávy (citrón, opuncie), kyselina: kyselina citronová, regulátor kyselosti: citronany sodné, aroma

energetická hodnota: 116 kJ/100 ml

obsah cukru: 6,5 g/100 ml

čaj: čajový extrakt 0,12 %

ochucení: ovocná šťáva z koncentrátu - 0,5 % citrón, 0,1 % opuncie, aroma

přidatné látky: E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné

Nápoj vyrobený z uvařeného čaje s malým množstvím čajového extraktu. Chuť vylepšuje šťáva z citronu a opuncie i aroma. Pozitivní je, že v něm nejsou barviva ani konzervanty. Množství cukru je nižší než průměr, přesto dost vysoké. Existuje i light verze bez cukru.

V jednom litru je **65 gramů cukru**, to je **16,3** kostek, což představuje **130 %** denní dávky.

Lipton Green Ice tea

cena za litr: 49,80 Kč

výrobce/distributor: Pepsi-Cola

složení: voda, cukr, fruktóza, extrakt ze zeleného čaje, kyselina (kyselina citronová), aroma, regulátor kyselosti (citronany sodné), antioxidant (kyselina askorbová)



energetická hodnota: 120 kJ/100 ml

obsah cukru: 6,8 g/100 ml

čaj: extrakt ze zeleného čaje 0,14 %

ochucení: aroma

přidatné látky: E300 kyselina askorbová, E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné

Nápoj ze zeleného čaje přesahuje cenou průměr testovaných vzorků. Stojí víc než 100% ovocné džusy, přitom v něm není ani kapka ovocné šťávy, citronové osvěžení, které má evokovat žlutý motiv na obale (zobrazen není přímo citron, takže výrobce spotřebitele neklame), obstarává aroma. Je bez konzervantů a barviv, slazen je cukrem a fruktózou. Obsah cukru je nižší než průměr, přesto je hodně vysoký.

V jednom litru je **68 gramů cukru**, to je **17** kostek, což představuje **136 %** denní dávky.

Dobrá voda zelený čaj citron

cena za litr: 25,80 Kč

výrobce/distributor: Poděbradka

složení: přírodní minerální voda, cukr, extrakt zeleného čaje, kyselina: kyselina citrónová, aroma, citronová šťáva z koncentráту, konzervanty:

sorbát draselný, benzoát sodný

energetická hodnota: 125 kJ/100 ml

obsah cukru: 7,2 g/100 ml

čaj: extrakt zeleného čaje 0,11 %

ochucení: citronová šťáva z koncentráту 0,1 %, aroma

přidatné látky: E202 sorban draselný, E211 benzoan sodný, E330 kyselina citrónová

Nápoj je vyroben z minerální vody s nízkým obsahem minerálních látek smíchané s malým množstvím extraktu zeleného čaje a kapkou citronové šťávy. Obsahuje velké množství cukru, přesto je ještě konzervován chemickými konzervanty.

V jednom litru je **72 gramů cukru**, to je **18** kostek, což představuje **144 %** denní dávky.

Aquila Tea.m Černý čaj se šťávou z citronu

cena za litr: 19,90 Kč

výrobce/distributor: Karlovarské minerální vody

složení: pramenitá voda, cukr, extrakt z černého čaje, citronová šťáva, aroma, kyseliny: kyselina citrónová, antioxidant: kyselina L-askorbová

energetická hodnota: 129 kJ/100 ml

obsah cukru: 7,5 g/100 ml

čaj: extrakt z černého čaje 0,4 %

ochucení: citronová šťáva 0,1 %, aroma

přidatné látky: E300 kyselina askorbová, E330 kyselina citrónová

Složení tohoto nápoje je poměrně dobré. Připraven je z pramenité vody, čajového extraktu je o trochu víc, než má většina ostatních ledových čajů, a obejde se bez barviv a konzervantů. Množství cukru je vysoké.

V jednom litru je **75 gramů cukru**, to je **18,8** kostek, což představuje **150 %** denní dávky.

KClassic Ice tea

cena za litr: 8,60 Kč

výrobce/distributor: vyrobeno v ČR

složení: pitná voda, cukr, citronová šťáva z koncentráту, kyselina: kyselina citrónová, extrakt černého čaje, přírodní aroma, regulátor kyselosti: citronany sodné

energetická hodnota: 132 kJ/100 ml

obsah cukru: 75 g/100 ml

čaj: extrakt černého čaje 0,12 %

ochucení: citronová šťáva z koncentráту 1,1 %, přírodní aroma

přidatné látky: E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné

Nápoj z obvyklé vody ochucený minimem čajového extraktu a citronovou šťávou, které je víc, než má většina ostatních vzorků. Neobsahuje konzervanty ani barviva. Velké množství cukru.

V jednom litru je **75 gramů cukru**, to je **18,8** kostek, což představuje **150 %** denní dávky.

Rauch My Tea Lemon Ice Tea

cena za litr: 13,30 Kč

výrobce/distributor: Rauch Austria

složení: černý čaj (voda, extrakt černého čaje), cukr, citrónová šťáva z koncentráту, kyselina: kyselina citrónová, regulátor kyselosti: citran sodný, barvivo: karamel, aroma

energetická hodnota: 135 kJ/100 ml

obsah cukru: 77 g/100 ml

čaj: extrakt z černého čaje 1,2 %

ochucení: citrónová šťáva z koncentráту 2 %, aroma

přidatné látky: E150 karamel, E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné

Ledový čaj z obvyklé vody, přibarvený karamellem, ale bez konzervantů. Citronové šťávy je poměrně dost, čajového extraktu také. Množství cukru je vysoké.

V jednom litru je **77 gramů cukru**, to je **19,3** kostek, což představuje **154 %** denní dávky.

Veritea Černý čaj citron

cena za litr: 47,80 Kč

výrobce/distributor: Karlovarské minerální vody

složení: pramenitá voda, cukr, čajový výluh z černého čaje, glukóza, citronová šťáva, aroma, kyselina: kyselina citrónová, antioxidant: kyselina L-askorbová

energetická hodnota: 131 kJ/100 ml

obsah cukru: 7,7 g/100 ml

čaj: čajový výluh z černého čaje 4,1 %

ochucení: citronová šťáva 0,2 %, aroma

přidatné látky: E300 kyselina askorbová, E330 kyselina citrónová

Novinka na trhu s vysokou cenou. Nápoj je uvařen z pramenité vody Aquila a černého čaje, kterého je podstatně víc, než mají ostatní vzorky. Neobsahuje žádné konzervanty ani barviva. Slazen je cukrem a glukózou. Množství cukru je vysoké.



V jednom litru je **77 gramů cukru**, to je **19,3** kostek, což představuje **158 %** denní dávky.

Bonny tea Broskev

cena za litr: 11,80 Kč

výrobce/distributor: Veseta Kyšice

složení: voda, cukr, ochucující složka (aroma, broskvová šťáva z koncentrátu, extrakt z černého čaje), regulátory kyselosti: citronany sodné, kyselina citronová energetická hodnota: 155 kJ/100 ml

obsah cukru: 8,5 g/100 ml

čaj: extrakt z černého čaje 0,12 %

ochucení: aroma, broskvová šťáva z koncentrátu 0,2 %

přidatné látky: E330 kyselina citrónová, E331 citronany sodné

Nápoj z obyčejné vody se obejde bez konzervantů a barviv, obsahuje ale jen minimum čajového extraktu i broskvové šťávy, chuť broskví dodává aroma. Slazen je cukrem a jeho obsah je hodně vysoký – ve čtvrtlitrové sklenici je víc než pět kostek cukru.

V jednom litru je **85 gramů cukru**, to je **21,3** kostek, což představuje **170 %** denní dávky.

Arizona Blueberry White Tea

cena za litr: 45,80 Kč

výrobce/distributor: vyrobeno v EU pro Arizona Holandsko

složení: pitná voda, cukr, hrušková šťáva z koncentrátu, borůvková šťáva z koncentrátu, med, přírodní látka určená k aromatizaci, extrakt z bílého čaje, antioxidant: kyselina askorbová, kyselina: kyselina citronová

energetická hodnota: 125 kJ/100 ml

obsah cukru: 8,5 g/100 ml

čaj: extrakt z bílého čaje 0,06 %

ochucení: hrušková šťáva 4 %, borůvková šťáva 1 %, aroma

přidatné látky: E300 kyselina askorbová, E330 kyselina citrónová

Nápoj americké značky patří k nejdražším v testu, obsahuje přitom jen stopové množství čajového extraktu, takže lze těžko mluvit o čaji. Neobsahuje konzervanty ani barviva. Slazen je cukrem a medem, obsah cukrů je nejvyšší ze všech (spolu s Bonny tea). Kdo vypije celé půllitrové balení, dostane do sebe víc než 10 kostek cukru a ukrojí si tím 85 procent z množství cukru, který by měl přijmout za celý den.

V jednom litru je **85 gramů cukru**, to je **21** kostek, což představuje **170 %** denní dávky.