

# Diät-Tipps!

**Beitrag von „Apfel“ vom 24. Februar 2006 22:44**

Was man auch nicht vergessen sollte: Fruchtsäfte, Cola etc. haben viel mehr Kalorien als man (oder frau) denkt. Ich hab was von 150 kalorien im Kopf, bin mir da aber nicht mehr ganz sicher. (Ich weiß auch nicht mehr genau ob das pro Liter war oder sogar pro Glas. Ich meine aber es wäre pro Liter gewesen.) LG Apfel