

Alkoholiannokset ja energia

Suositus naisille **enintään 1 annosta** ja miehille **enintään 2 annosta** päivässä.



OLUT III
0,3 L
1 ANNOS
130 kcal

KIRKAS VIINA
4 CL
1 ANNOS
90 kcal

PUNAVIINI
0,75 L
6 ANNOSTA
525 kcal

PUNAVIINI
24 CL
2 ANNOSTA
170 kcal

VALKOVIINI
12 CL
1 ANNOS
85 kcal

SIIDERI LIGHT
0,5 L
1,5 ANNOSTA
150 kcal

III-OLUTTA
6-PACK 0,5 L
9 ANNOSTA
1200 kcal