

## Mängden koffein i drycker och choklad /förpackning eller portion



Mängden koffein  
Förpackning/portion

Produkt, förpackning/portion	Koffein/förpackning eller portion
1,5 l flaska coladryck.....	195 mg
0,5 l flaska energidryck.....	160 mg
0,33 l burk energidryck.....	106 mg
2 dl mugg kaffe.....	100 mg
250 ml burk energidryck.....	80 mg
0,5 l flaska coladryck.....	65 mg
1,25 dl kopp kaffe.....	63 mg
100 g choklad.....	38 mg
2 dl mugg te.....	30 mg

**Källa (koffeinhalterna):**

*Helle Margrete Meltzer & al.* Risk assessment of caffeine among children and adolescents in the Nordic countries. TemaNord 2008:551. Nordic Council of Ministers, Copenhagen 2008 <http://www.norden.org/da/publikationer/publikationer/2008-551/>