

ПРИВЕТ, РЕБЯТА! Какой сахар мы едим?

Добавленный сахар

Когда кто-то специально для тебя печет печенье с шоколадной крошкой или делает шоколадный торт на твой день рождения, то он в тесто обычно добавляет сахар.

В такие изделия **сахар добавляют**, чтобы они были сладкими на вкус.



Натуральный сахар

Другие продукты, например, бананы или мед, уже содержат сахар. К ним не надо добавлять сахар для вкуса, потому что в них есть **натуральный сахар**.

