

В одном стакане газировки около 150 пустых ккал, которые в основном откладываются в виде жира

2) Один стакан также содержит примерно 30-55 миллиграммов кофеина

3) В ней содержатся искусственные пищевые красители.

4) Сульфиты.

5) Бензол.

6) Фосфорная кислота

7) Аспартам.

8) Водопроводная вода.

9) Бензоат натрия

Если посмотреть на все эти опасные ингредиенты, которые содержатся в сладкой газированной воде, то не удивительно, что ее потребление вызывает так много проблем со здоровьем, приводит к ожирению.

