

pressemittteilung.



portionsgrößenstudie belegt:
größere verpackungen steigern den zuckerkonsum aufs dreifache



Wien/Hamburg, 22. Oktober 2025 – In Österreich wird zu viel Zucker konsumiert. Während die WHO einen Verbrauch von maximal 50 Gramm pro Tag empfiehlt, sind es hierzulande aktuell etwa 92 Gramm pro Person¹. Eine neue Studie belegt nun: Kleinere Flaschen haben einen großen Effekt. Gemeinsam mit dem Marktforschungsinstitut YouGov hat fritz-kola den sogenannten Portionsgrößeneffekt im Zusammenhang mit kohlesäurehaltigen Softdrinks untersucht und eindeutig nachgewiesen: Je größer die Verpackung, desto höher der tägliche Konsum.²

Zu viel Zucker führt unweigerlich zu Volkskrankheiten, die das Gesundheitssystem und die betroffenen Menschen belasten. In einer Studie hat fritz-kola gemeinsam mit dem unabhängigen Marktforschungsinstitut YouGov den Portionsgrößeneffekt genauer unter die Lupe genommen. Die Ergebnisse sprechen eine klare Sprache: Je größer die Verpackung, desto höher der tägliche Konsum. Die Ergebnisse nimmt das Unternehmen zum Anlass, sich wie gewohnt für einen positiven Wandel einzusetzen.

¹ Foodwatch 2025

² Die Studie wurde von fritz-kola und YouGov durchgeführt. Datengrundlage bilden die Kaufdaten der Haushalte des DE YouGov Shopper Panels FMCG CP+ 2.0

pressekontakt.

fritz-kola GmbH
Anna Hubatsch
Spaldingstr. 64-68
20097 Hamburg
Deutschland

anna.hubatsch@fritz-kola.com
Tel. +49 40-21 90 71 69-0
mob. +49 16 09 31 61 576

Himmelhoch PR
Lisa Rothen
lisa.rothen@himmelhoch.at
mob. +43 650 20 37 411

fritz-kola®



studie bestätigt: kleinere flaschengrößen reduzieren den täglichen zuckerkonsum

Man kennt das – die 2-Liter-Flasche ist angebrochen und es wäre doch schade, sie nicht auszutrinken, bevor die Kohlensäure verfliegen ist. Größere Flaschengrößen führen zu einem schnelleren Verbrauch und einem deutlich höheren Konsum von zuckerhaltigen Getränken. Laut Studie von fritz-kola und YouGov konsumieren Haushalte, die auf kleinere Portionsgrößen bis einschließlich 0,5-Liter-Flaschen setzen, im Schnitt 419 Milliliter Softdrinks pro Tag. Bei mittleren Flaschen (bis einschließlich 1 Liter) verdoppelt sich der Wert und bei Flaschen über einem Liter steigt der Konsum auf das Dreifache. „Die Ergebnisse untermauern unsere Unternehmensphilosophie: Kolas, Limos und Co. sind für uns bei fritz-kola Kulturgüter für Erwachsene und keine Durstlöscher. Unser Ziel ist es, mit kleinen Verpackungsgrößen bewusste Genussmomente zu fördern und einen nachhaltigeren Konsum zu unterstützen“, erklärt Florian Weins, Geschäftsführer bei fritz-kola. Das gesamte Produktsortiment der norddeutschen Indie-Kola, von Kolas über Limos bis hin zu Schorlen, wird bewusst und ausschließlich in 0,2-Liter-, 0,33-Liter- und 0,5-Liter-Flaschen abgefüllt.

portionsgröße als schlüssel für bewussten genuss

Der Portionsgrößeneffekt, der im ernährungswissenschaftlichen Kontext bereits vielfach nachgewiesen wurde, wird durch die Studie über alle Haushaltsgößen hinweg auch für kohlesäurehaltige Softdrinks bestätigt. Zudem zeigt sich: Die Verbraucher nehmen den Effekt auch selbst wahr. Über die Hälfte der Käufer kleiner Kola-Flaschen ist der Meinung, dass kleinere Verpackungsgrößen dabei helfen, weniger zu konsumieren. „Damit ist für uns klar: Der Schlüssel zum maßvollen Zuckerkonsum bei Softdrinks liegt nicht nur in der Rezeptur, sondern auch in der Verpackungsgröße. Kleine Portionen fördern bewusste Genussmomente und tragen zu einem nachhaltigeren Konsum bei“, kommentiert Weins die Ergebnisse.

22 liter kola am tag? nur der stephansdom hält das aus

fritz-kola übersetzt die Ergebnisse der Studie in ein starkes, eingängiges Bild – mit Aha-Effekt und bleibendem Eindruck. Mit einem Augenzwinkern inszeniert das Unternehmen eines der bekanntesten Wahrzeichen Österreichs. So wird sichtbar, wie überdimensioniert unser Zuckerkonsum eigentlich ist und welche Größe wir bräuchten, um ihn auszugleichen. Für Österreicher heißt das: 22 Liter Kola täglich – nur in Stephansdom-Größe. Für alle anderen sind Kola, Limonaden und Co. Genussmittel, nicht Durstlöscher. Mit kleinen Flaschen, großer Wirkung und wissenschaftlicher Untermauerung setzt fritz-kola ein klares Zeichen für bewussten Konsum. Das Unternehmen bleibt seiner Vision treu: Menschen zu erreichen, die wach durchs Leben gehen, Verantwortung übernehmen und bewusste Entscheidungen treffen – für eine nachhaltigere Art des Genießens.

Fotos und Sujets honorarfrei abdruckbar unter Angabe des Copyrights

Bild 1: Größere Flaschen steigern den Zuckerkonsum auf das Dreifache © fritz-kola

Bild 2: Im Größenvergleich gewinnt der Stephansdom: 22 Liter Kola hält er aus © Dimitris Vetsikas/pixabay

Bild 3: Florian Weins, Geschäftsführer von fritz-kola © fritz-kola

über fritz-kola

fritz-kola wurde 2002 von zwei Studenten in Hamburg gegründet. Die erste Kola kam 2003 auf den Markt, zahlreiche safthaltige Limonaden und Schorlen folgten. Der Umwelt zuliebe setzt fritz-kola seit der Gründung auf Glasmehrwegflaschen und baut die dezentrale und verbrauchernahe Abfüllung stetig aus. Darüber hinaus engagiert sich

pressekontakt.

fritz-kola GmbH
Anna Hubatsch
Spaldingstr. 64-68
20097 Hamburg
Deutschland

anna.hubatsch@fritz-kola.com
Tel. +49 40-21 90 71 69-0
mob. +49 16 09 31 61 576

Himmelhoch PR
Lisa Rothen
lisa.rothen@himmelhoch.at
mob. +43 650 20 37 411

fritz-kola®



fritz-kola mit der Initiative „Pfand gehört daneben“ und in zahlreichen Projekten für eine nachhaltige Gesellschaft. Mirco Wolf Wiegert und Florian Weins sind Geschäftsführer des Unternehmens. Weitere Infos finden Sie unter: [Neuigkeiten | fritz-kola](#)

pressekontakt.

fritz-kola GmbH
Anna Hubatsch
Spaldingstr. 64-68
20097 Hamburg
Deutschland

anna.hubatsch@fritz-kola.com
Tel. +49 40-21 90 71 69-0
mob. +49 16 09 31 61 576

Himmelhoch PR
Lisa Rothen
lisa.rothen@himmelhoch.at
mob. +43 650 20 37 411

fritz-kola®