

Round-Table zum Thema Beikostprodukte

15.07.2011

Evaluierungsbericht des Kooperationsprojekts
„Richtig essen von Anfang an!“



Hauptverband der österreichischen
Sozialversicherungsträger

Evaluation der Kennzeichnung von Beikostprodukten



Methodik und Ergebnisse

2010/11

Für den Inhalt verantwortlich:
Mag.^a Bettina Meidlinger
Mag.^a Ariane Hitthaller
Univ.-Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Ingrid Kiefer
Dr.ⁱⁿ Alexandra Wolf



Methodik

„Evaluation der Kennzeichnung von Beikostprodukten“

5

Anzahl der Produkte

Oberkategorie	n	Zwischenkategorie	n	Unterkategorie	n
Breie und Desserts (handelsfertig zubereitet)	460	<i>Vegetarische Hauptmahlzeiten</i>	95	Gemüse-Kartoffel-Brei	71
				Gemüse-Reis/Hirse/Nudel-Brei	21
				Gemüse-Obst-Brei	3
		<i>Komplettmenüs mit Fleisch/Fisch</i>	98	Menü mit Fleisch	95
				Menü mit Fisch	3
		<i>Fleischzubereitung</i>	10		
		<i>Milch-Getreide-Brei/Trinkmahlzeit</i>	60	Milch-Getreide-Brei & Müsli (mit Obst/Gemüse)	37
Obst- und Obst-Getreide-Breie	164			Milch-Getreide-Trinkmahlzeit	23
				Obst-Brei	111
				Obst-Getreide-Brei	51
				Obst-Getreide-Trinkbrei	2
<i>Milchdessert</i>	33	Obst-Jogurt/Milch/Topfen-Brei	27		
		Pudding	6		
Instant-Breie	107	<i>Instant-Getreide</i>	47		
		<i>Instant-Milch-Getreide</i>	49		
		<i>Instant-Soja</i>	1		
Suppe	2				
Zum Knabbern	16	<i>Kekse/Biskotten</i>	10		
		<i>Zwieback</i>	5		
		<i>Reiswaffeln</i>	1		
Getränke	95	<i>Safthaltige Getränke</i>	59	Saft	41
				Saft & Wasser	11
				Tee & Saft	7
		<i>Instant-Tee</i>	21		
Kalorienfreie Getränke	15			Wasser	3
				Tee (Aufgussbeutel)	12
GESAMT	680				

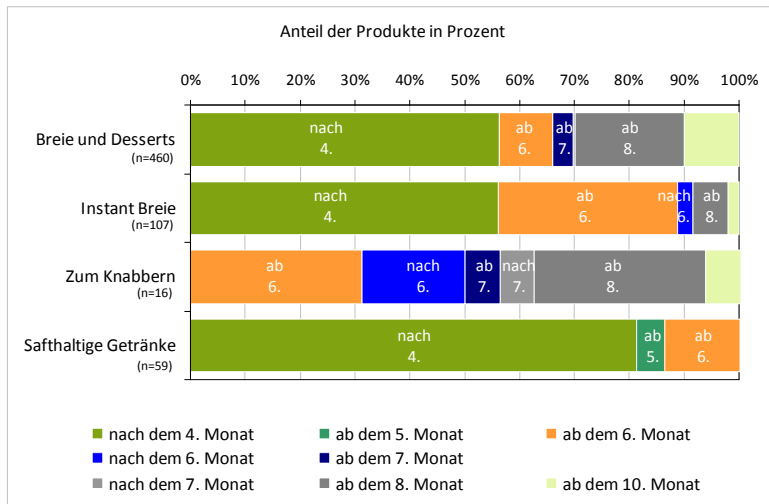
Datenerhebung: Dez. 2009 bis Jän. 2010, Produkte für Kinder <1 Jahr

Erfasste Parameter

Allgemeine Angaben und Produktinformationen	<ul style="list-style-type: none"> • Alterseignung • Marke bzw. Hersteller • Sachbezeichnung • Produktkategorie • Portionsgröße/Füllmenge • Angaben zur empfohlenen Tageszeit der Fütterung • Zusätzliche Produktinformationen
Nährwertdeklaration (Energie- und Nährwerte)	<ul style="list-style-type: none"> • Energie- und Nährwerte pro 100 g bzw. pro Portion • Energieprozent, Salzgehalt (Berechnung)
Zutatenverzeichnis	<ul style="list-style-type: none"> • enthaltene Zutaten (Einteilung in Gruppen) • Anzahl der Zutaten • Anzahl der Sorten bei Obst, Gemüse, Fleisch, Milch & Milchprodukte, Getreide & Getreideprodukten • Anteil in Prozent bzw. Gramm
Gebrauchsanleitung (Zubereitung von Instantprodukten)	<ul style="list-style-type: none"> • Empfohlene Lebensmittel und Lebensmittelmengen für die Zubereitung
Abschätzung der Nährstoffexposition	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnung der Nährstoffaufnahme von Säuglingen durch Gabe von kommerziellen Beikostprodukten

Ergebnisse

„Evaluation der Kennzeichnung von Beikostprodukten“



Österreichische Beikostempfehlungen

Einführung der Beikost um das 6. Lebensmonat je nach Entwicklungsgrad des Kindes, **nicht jedoch vor Beginn des 5. Monats (17. Lebenswoche) bzw. nach Ende des 6. Monats (26. Lebenswoche).**



Eisen

	Anzahl der Produkte*		mg / 100 g (laut Etikett)	
	n	%	mw	min / max
Gemüse-Kartoffel-Brei	3	4 %	1,4	1,2 – 1,6
Menü mit Fleisch	21	22 %	1,2	0,3 – 1,7
Milch-Getreide-Trinkmahlzeit	23	100 %	1,2	0,7 – 2,0
Milch-Getreide-Brei (instant zubereitet)	55	54 %	1,3	0,4 – 2,4
Getreide-Brei (instant zubereitet)	2	67 %	1,2	1,2 – 1,3
Kekse	4	40 %	6,0	5,9 – 5,0
Saft	4	20 %	1,1	0,7 – 1,4

D-A-CH
Referenzwerte für
die Nährstoffzufuhr:

Säuglinge:
4 bis <12 Monate

8 mg/Tag

* mit deklariertem Eisengehalt

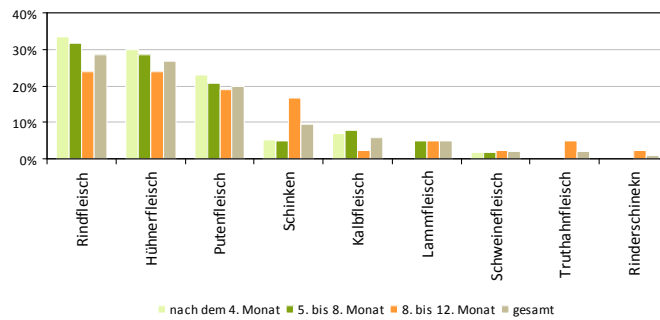
Zutatenanzahl

(Breie & Desserts)

	n	Gesamt		ohne zugesetzte Mikronährstoffe		Beikosteinführung*	
		mw	min / max	mw	min / max	mw	min / max
Breie und Desserts	457	8	1 – 42	7	1 – 23	6	1 – 16
Vegetarische Hauptmahlzeiten	95	5	2 – 15	5	2 – 15	4	2 – 14
Menü mit Fleisch/Fisch	98	9	5 – 16	9	5 – 16	7	5 – 13
Fleischzubereitung	10	4	3 – 4	4	3 – 4	4	3 – 4
Milch-Getreide-Brei/Trinkmahlzeit	57	19	6 – 42	11	4 – 23	11	6 – 16
Obst-/Obst-Getreide-Brei	164	6	1 – 13	5	1 – 12	5	1 – 12
Milchdessert	33	9	6 – 13	8	5 – 12		
Instant-Produkte	107	15	2 – 39	7	1 – 22	11	3 – 34
Instant-Getreide	47	4	2 – 20	2	1 – 7	3,5	3 – 20
Instant-Milch-Getreide	59	23	9 – 39	10	5 – 22	20	9 – 13
Instant-Soja	1	34		12		34	

* Produkte mit der Bezeichnung nach dem 4. Monat

Angaben in % bezogen auf jene Produkte, die Fleisch enthalten



nach dem 4. Monat:

Fleischanteil bei Komplettmenüs: \bar{x} 8 % (5-9 %), σ 16 g/Glas (10-19 g/Glas)
Fleischzubereitungen: 40 %, σ 45 g/Glas (32-50 g/Glas)

Nährwerte
BLS II.3

Eisengehalt
(mg/100 g)

Rind: 3,1
Schwein: 2,5
Pute: 1,3
Huhn: 0,5

Zinkgehalt
(mg/100 g)

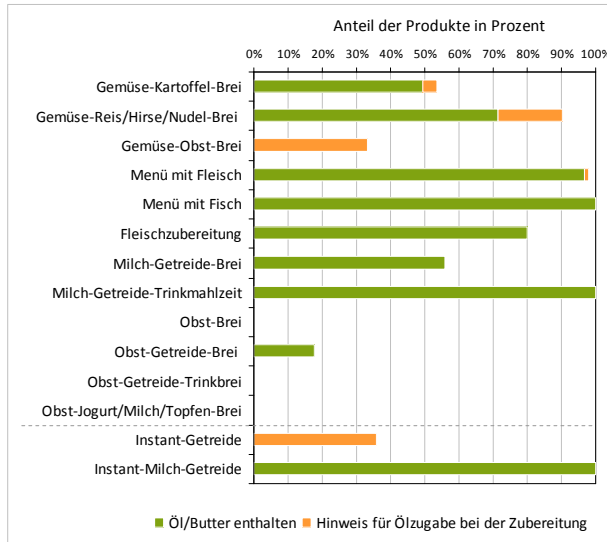
Rind: 5,9
Schwein: 4,1
Pute: 1,9
Huhn: 0,7

- Fisch war in ~3 % aller Komplettmenüs (3 Produkten) enthalten
 - 1 Produkt ab dem 6. Monat (Seefisch)
 - 2 Produkte ab dem 8. Monat (Seefisch, Lachs)
- Fischanteil: 8-12 %

Österreichische Beikostempfehlungen

Fische können – entgegen bisherigen Empfehlungen – bereits im 1. Lebensjahr als Beikost gegeben werden. Studien deuten darauf hin, dass sich der Fischkonsum im 1. Lebensjahr **protektiv auf die Entwicklung atopischer Erkrankungen** auswirkt. Zudem sind einige Fische eine gute Quelle für **Omega-3-Fettsäuren**. Gut eignen sich **Saibling, Lachs und Forelle**.





häufig enthaltene Öle:

Rapsöl,
Sonnenblumenöl,
pflanzliche Öle

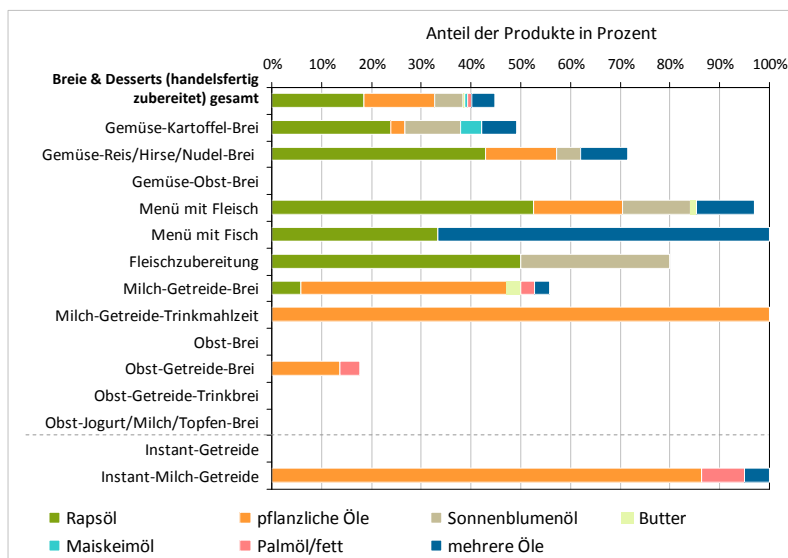
Öl/Buttermenge*:

Ø 1,4 % (0,5 – 2,2 %)

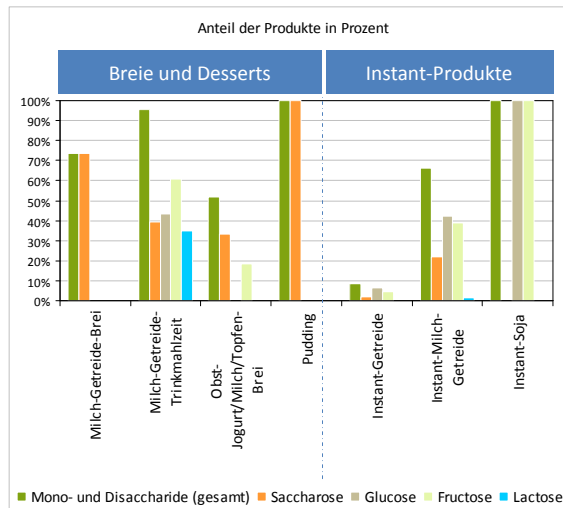
**Hinweis auf Öl-
Beimengung bei der
Zubereitung**

nur wenige Ölsorten
v.a. Sonnenblumenöl
(1 EL) empfohlen

*) Angaben bei rund 20 % der
Produkte vorhanden



Anzahl der Produkte mit
Mono- und Disacchariden



Beikost Einführung
(„nach dem 4. Monat“)

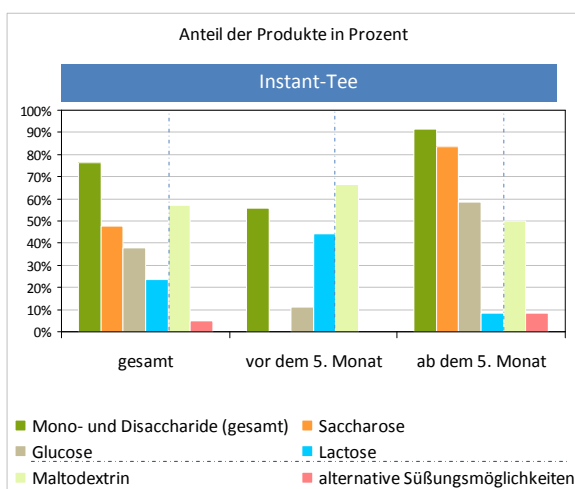
Milch-Getreide-Brei (n=14)
Saccharose: 57 % *)

Instant-Getreide (n=33)
Glucose: 6 % *)
Fructose: 6 % *)

Instant-Milch-Getreide (n=26)
Glucose: 46 % *)
Fructose: 35 % *)
Saccharose: 8 % *)

*) ... % der Produkte

Anzahl der Produkte mit
Mono- und Disacchariden, Maltodextrin und
alternativen Süßungsmöglichkeiten



Nährwerte pro 100 ml

Instant-Tee

mit Zuckerzusatz:

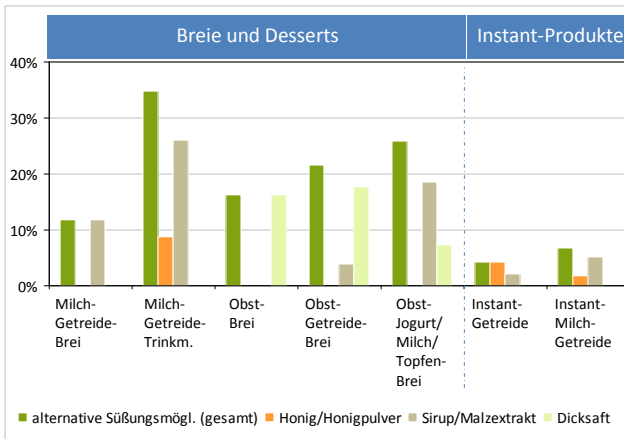
Energie: 9 – 20 kcal
Kohlenhydrate: 2,2 – 4,9 g

ohne Zuckerzusatz:

Energie: 0,4 – <1 kcal
Kohlenhydrate: 0,1 – <1,0 g

Anzahl der Produkte mit
alternativen Süßungsmöglichkeiten

Anteil der Produkte in Prozent



Beikosteinführung („nach dem 4. Monat“)

Milch-Getreide-Brei (n=14)
Sirup: 7 % *)

Obst-Brei (n=88)
Dicksaft: 19 % *)

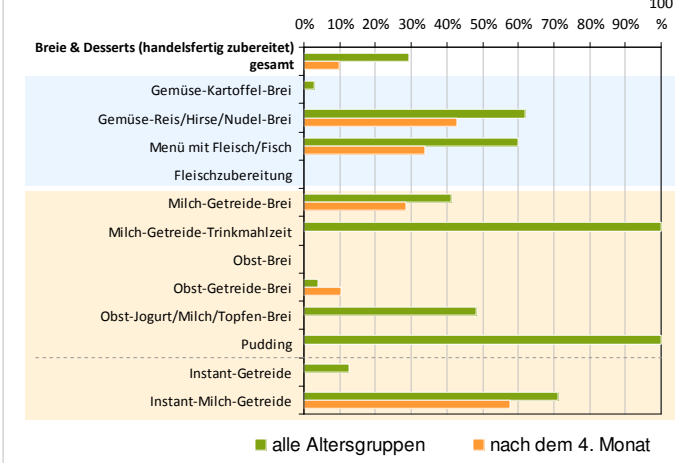
Obst-Getreide-Brei (n=19)
Dicksaft: 26 % *)
Sirup: 11 % *)

Instant-Milch-Getreide (n=26)
Sirup: 4 % *)

*) ... % der Produkte

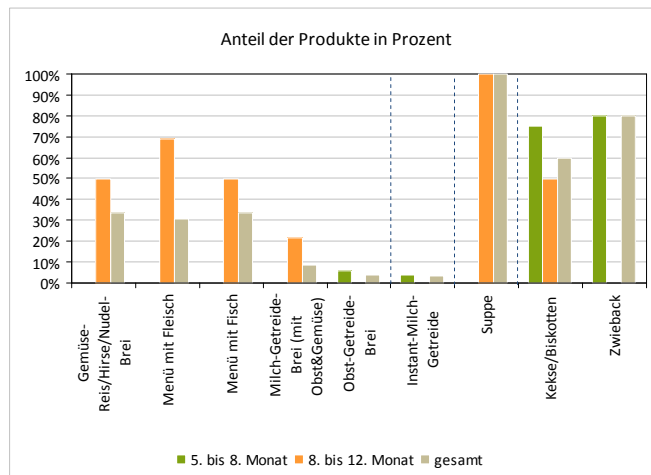
Anzahl der Produkte mit
geschmacksgebenden Inhaltsstoffen
(z. B. Kräuter, Gewürze, Zwiebel, Aromen, Kakao/Schokolade)

Anteil der Produkte in Prozent

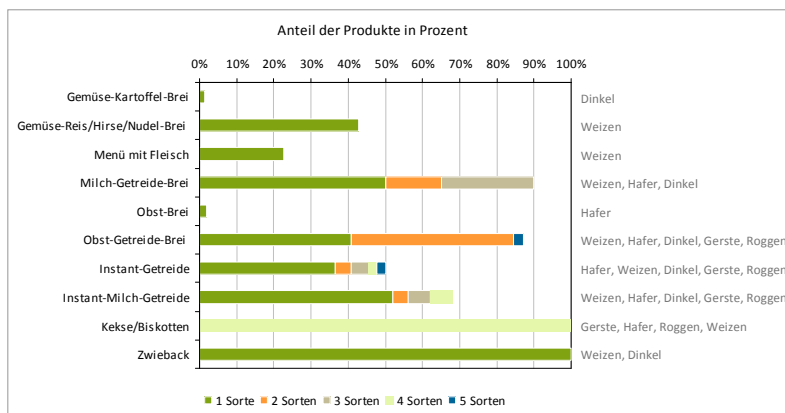


v.a. Kräuter,
Gewürze und
Zwiebel

v.a. Vanille-
Schokolade-
und Frucht-
geschmack



**Produkte ab Ende 4./Beginn 5. Monat bis Ende 6./Beginn 7. Monat
(Zeitfenster der Gluteneinführung)**



Produkte ab Ende 4./Beginn 5. Monat bis Ende 6./Beginn 7. Monat
(Zeitfenster der Gluteneinführung)

	n	g / 100 g	
		mw	min / max
Teigwaren hältige Produkte	9	8,8 *	6 – 11 *
Milch-Getreide-Brei	10	5,5	4 – 7
Obst-Getreide-Brei	25	5,3	4 – 8

* Anteil Teigwaren (roh) = Teigwaren (gekocht) / 2,5

österreichische Beikostempfehlungen

Laut österreichischen Beikostempfehlungen sollte mit kleinen Mengen glutenhaltigem Getreide (**maximal 7 g pro Tag in den ersten 2 Wochen der Gluteneinführung und maximal 16 g pro Tag in den darauffolgenden zwei Wochen**) zwischen Beginn des 5. und Beginn des 7. Monats begonnen werden. Bei gleichzeitigem Weiterstillen könnte dadurch der Entstehung von Zöliakie, Diabetes mellitus Typ 1 und einer Weizenallergie vorgebeugt werden.

