



**Richtig**essen  
von **Anfang** an!

**Anwendung der NEK-Empfehlung  
„Qualitätskriterien für Beikost-  
Starterprodukte“ auf die am österreichischen  
Markt erhältlichen Produkte**

anhand der Produktdaten aus „Lebensmittel unter der Lupe“

## IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber:

**AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH**, Zentrum Ernährung & Prävention, Spargelfeldstraße 191, 1220 Wien, [www.ages.at](http://www.ages.at)

Dieser Bericht wurde im Rahmen des Programms „Richtig essen von Anfang an!“ in Zusammenarbeit mit der Österreichischen Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH (AGES), dem Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) und dem Dachverband der Sozialversicherungsträger (DVSV) erstellt.

Kontakt: [richtigessenvonanfangan@ages.at](mailto:richtigessenvonanfangan@ages.at)

Für den Inhalt verantwortlich:

Priv.-Doz.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Karin Schindler (BMSGPK), Mag.<sup>a</sup> Judith Benedics (BMSGPK), Mag. Stefan Spitzbart MPH (DVSV), Astrid Wilfinger, BSc. MA (DVSV), Dr.<sup>in</sup> Alexandra Wolf-Spitzer (AGES), Univ.-Doz. DI Dr. Klemens Fuchs (AGES)

Autorinnen (Redaktionsteam):

Dr.<sup>in</sup> Bettina Meidlinger (AGES)

Mag.<sup>a</sup> Melanie U. Bruckmüller (AGES)

Dr.<sup>in</sup> Birgit Dieminger-Schnürch (AGES)

Bildquellen: iStockfoto

Verlagsort: AGES, Wien

© AGES, BMSGPK & DVSV, März 2020

Das Dokument ist ein Werk im Sinne des Urheberrechts. Alle Rechte bleiben vorbehalten. Kein Teil dieses Werkes darf ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Programms „Richtig essen von Anfang an!“ in irgendeiner Form verwertet, veröffentlicht, vervielfältigt, verbreitet, verliehen, verändert oder öffentlich vorgetragen werden.



## INHALTSVERZEICHNIS

<b>1. EXECUTIVE SUMMARY .....</b>	<b>4</b>
<b>2. EINLEITUNG .....</b>	<b>8</b>
<b>3. METHODIK.....</b>	<b>10</b>
3.1. Informationen zum Projekt „Lebensmittel unter der Lupe“ .....	10
3.2. NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ .....	11
3.2.1. Alterseignung .....	11
3.2.2. Zutaten .....	11
3.2.3. Verwendungsempfehlungen für Getreidebreie zum Anrühren .....	12
<b>4. ERGEBNISSE.....</b>	<b>13</b>
4.1. Breie im Gläschen.....	13
4.2. Getreidebreie zum Anrühren .....	16
<b>5. ZUSAMMENFASSUNG DER ERGEBNISSE.....</b>	<b>18</b>
<b>6. FAZIT .....</b>	<b>20</b>
<b>7. LITERATUR.....</b>	<b>22</b>

## TABELLENVERZEICHNIS

<i>Tabelle 1 Allgemeine Übersicht – Anteil an Breien, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen .....</i>	<i>5</i>
<i>Tabelle 2 Anteil an Breien im Gläschen, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen .</i>	<i>13</i>
<i>Tabelle 3 Anteil an Breien im Gläschen (gesamt), die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen, aufgeteilt nach Produktgruppen .....</i>	<i>14</i>
<i>Tabelle 4 Anteil an Breien im Gläschen ab dem 5./nach dem 4. Monat, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen, aufgeteilt nach Produktgruppen.....</i>	<i>15</i>
<i>Tabelle 5 Anteil an Breien im Gläschen ab dem 6. Monat, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen, aufgeteilt nach Produktgruppen .....</i>	<i>15</i>
<i>Tabelle 6 Anteil an Getreidebreien zum Anrühren, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen .....</i>	<i>16</i>

## 1. Executive Summary

Eine gesunde Ernährung ist schon im frühen Kindesalter wichtig, um gesundheitsförderliche Ernährungsgewohnheiten zu erlernen und der Entwicklung von Übergewicht und anderen ernährungsassoziierten Erkrankungen vorzubeugen.

Um ein bedarfsangepasstes Lebensmittelangebot für Säuglinge, die gerade mit Beikost beginnen, zu schaffen, wurden vom Gesundheitsförderungsprogramm „Richtig essen von Anfang an!“ „Qualitätskriterien für Beikost Starterprodukte“ erarbeitet, die von der Nationalen Ernährungskommission (NEK) verabschiedet wurden. Die Kriterien berücksichtigen die drei Bereiche „Kennzeichnung der Alterseignung“, „Zutatenliste“ und „Verwendungsempfehlungen“ und gelten für Breie im Gläschen sowie Getreidebreie zum Anrühren, die ab Beginn des 5. Monats und 6. Monats geeignet sind ([NEK, 2016](#)).

**ZIEL** der vorliegenden Arbeit ist es, am österreichischen Markt erhältliche Beikostprodukte, die ab dem 5. Monat bzw. ab dem 6. Monat gegeben werden können, anhand der NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ zu überprüfen und damit zu erheben, wie viele Produkte die Kriterien erfüllen.

Als Datengrundlage wurden die im Kooperationsprojekt „Lebensmittel unter der Lupe“ ([www.lebensmittellupe.at](http://www.lebensmittellupe.at)) zwischen Juli 2017 und Jänner 2018 erfassten Kennzeichnungsdaten (Alterseignung, Zutatenliste, Verwendungsempfehlung) herangezogen.



### „Lebensmittel unter der Lupe“

Im Rahmen des Projektes wurden ausgewählte Produktgruppen mit Schwerpunkt „Kinderlebensmittel“ umfassend erhoben und Produktinformationen z. B. zu Energie, Zucker, Salz, und Fett in einem Online-Tool dargestellt. Das Online-Tool kann Konsumentinnen und Konsumenten dabei helfen, Produkte zu vergleichen und eine optimale Auswahl für sich und ihre Familie zu treffen. ([www.lebensmittellupe.at](http://www.lebensmittellupe.at))

Insgesamt standen Daten zu 360 „Breie im Gläschen“ und 60 „Getreidebreie zum Anrühren“ für die Überprüfung der Erfüllung der Qualitätskriterien zur Verfügung.

Die Anwendung der NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ auf die am österreichischen Markt erhältlichen Produkte zeigt folgende **ERGEBNISSE**:

- Es gibt bereits Produkte, die den Qualitätskriterien entsprechen. Insgesamt erfüllten jedoch nur wenige „Breie im Gläschen“<sup>1</sup> (10 %) und kein „Getreidebrei zum Anrühren“<sup>2</sup> die Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte (siehe Tabelle 1).

Tabelle 1 Allgemeine Übersicht – Anteil an Breien, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen

Kriterium	Breie im Gläschen (n=360)	nach dem 4. / ab dem 5. Monat (n=258)	ab dem 6. Monat (n=102)	Getreidebreie zum Anrühren (n=60)	nach dem 4. / ab dem 5. Monat (n=40)	ab dem 6. Monat (n=20)
Alterseignung erfüllt	28%	0%	100%	38%	8%	100%
Zutaten erfüllt	60%	69%	37%	82%	90%	65%
Verwendungsempfehlung erfüllt	keine Kriterien	keine Kriterien	keine Kriterien	3,3%	2,5%	5%
Alle Kriterien erfüllt	10%	0%	36%	0%	0%	0%

- Ein Großteil der Produkte erfüllt die Qualitätskriterien im Bereich der **Alterskennzeichnung** nicht. Grund dafür ist die Kennzeichnung „nach dem 4. Monat“ anstelle von „ab dem 5. Monat“. Bei Breien, die ab dem 5. Lebensmonat gegeben werden können, erreichte lediglich 1 % der Produkte die Vorgabe zur Alterseignung. *Um mit den österreichischen Beikostempfehlungen konform zu gehen, sollte das am Etikett angegebene Alter für Breie, die ab Beikostbeginn geeignet sind, die einheitliche Bezeichnung „ab dem 5. Monat“ tragen. Unmissverständliche Zeitangaben sind wichtig, damit Empfehlungen von Verbraucherinnen und Verbrauchern richtig umgesetzt werden. Angaben wie „nach dem 4. Monat“ können beispielsweise als „im 4. Monat“ missverstanden werden und dazu führen, dass mit Beikost insgesamt zu früh begonnen wird.*

Einer der einfachsten und wesentlichsten Schritte, um die Qualitätskriterien zu erfüllen wäre die Adaptierung der Alterskennzeichnung.

- Die Qualitätskriterien im Bereich **Zutaten** wurden von rund ⅔ der erfassten Produkte (60 % der „Breie im Gläschen“ und 80 % der „Getreidebreie zum Anrühren“) erreicht.

Produkte mit der Alterskennzeichnung „nach dem 4. Monat bzw. ab dem 5. Monat“ erfüllten die „Zutatenkriterien“ häufiger als Breie „ab dem 6. Monat“ (69 % vs. 37 %).

In Beikostprodukten sind häufig folgende unerwünschte Zutaten enthalten: Fruchtsäfte, Zucker bzw. andere süßende Zutaten (wie z. B. Saftkonzentrate), Milch bzw. Milchprodukte

<sup>1</sup> Zu den „Breien im Gläschen“ zählen unter anderem Gemüsebreie, Menüs mit Fleisch, Menüs mit Fisch, Fleisch-/Fischzubereitungen, Milchgetreidebreie, Obstbreie und Obstgetreidebreie.

<sup>2</sup> „Getreidebreie zum Anrühren“ bestehen aus Getreideflocken, die mit Säuglingsmilchnahrung, Kuhmilch, Muttermilch oder Wasser selbst zubereitet werden.

und/oder würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten. *Damit Kinder den natürlichen Geschmack von Lebensmitteln kennen lernen und nicht zu früh an den süßen bzw. salzigen Geschmack gewöhnt werden, sollten Beikost-Starterprodukte ohne Zusatz von Zucker bzw. anderen süßenden Zutaten und ohne Zusatz von würzenden bzw. geschmacksgebenden Zutaten sein. Zudem sollten die Breie keinen Fruchtsaft zugesetzt haben und Kuhmilch frühestens ab dem 6. Monat enthalten. Kuhmilch sollte zudem ausschließlich in Milchgetreidebreien als Zutaten vorhanden sein.*

Am seltensten wurden die Zutatenkriterien von *Milchgetreidebreien* (von 12 %), *Obstgetreidebreien* (von 22 %) und *vegetarischen Menüs* (von 36 %) erfüllt.

- *Unerwünschte Zutaten in Milchgetreidebreien:*
    - Zucker bzw. andere süßende Zutaten (in jedem 2. Produkt)
    - würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten (in jedem 3. Produkt) und/oder
    - Milch als Zutat vor dem empfohlenen Alter (in jedem 2. Produkt)
  - *Unerwünschte Zutaten in Obstgetreidebreien:*
    - Fruchtsäfte (in 3 von 4 Produkten) und/oder
    - Zucker bzw. andere süßende Zutaten (in jedem 5. Produkt)
  - *Unerwünschte Zutaten in vegetarischen Menüs:*
    - Milch bzw. Milchprodukte (in 4 von 10 Produkten)
- Bei „Getreidebreien zum Anrühren“ entsprachen lediglich knapp 5 % der Produkte den Qualitätskriterien im Bereich „**Verwendungsempfehlungen**“.

Ein wesentlicher Grund für die Nicht-Erfüllung war, dass viele Produkte die Verwendung von *Kuhmilch* bereits „nach dem 4. bzw. ab dem 5. Monat“ vorschlugen. *Gemäß den Österreichischen Beikostempfehlungen sollte Kuhmilch frühestens ab dem 6. Monat für die Zubereitung von maximal einem Milch-Getreidebrei pro Tag (beginnend mit 100 ml, mit steigendem Alter langsam auf maximal 200 ml pro Tag steigend) verwendet werden.*

Ein Großteil der Getreidebreie zum Anrühren enthielt zudem keinen Hinweis, dass *pflanzliche Öle* nur zu Hauptmahlzeiten hinzuzufügen sind.

Bei einigen Breien zum Anrühren wurde außerdem eine Zubereitungsanleitung zur Verwendung als *Trinkbrei* gegeben. *Um einer Überernährung vorzubeugen, sollten Breie nicht als Trinkbrei in Milchfläschchen gegeben und pflanzliche Öle nur zu Hauptmahlzeiten hinzugefügt werden.*

Die Ergebnisse des Berichts stellen eine wichtige Diskussionsgrundlage für Abstimmungen und Gespräche mit Lebensmittelunternehmen sowie Expertinnen und Experten im Bereich Lebensmitteltechnologie und Kinderernährung hinsichtlich Produktoptimierung dar. Zudem sollen sie helfen, Entscheidungen über Gesundheitsförderungsaktivitäten qualitativ und effektiv zu treffen und entsprechend umzusetzen (z. B. Alterskennzeichnung „ab dem“ statt „nach dem“).

Die Ergebnisse werden an die Zielgruppe (Eltern und nahe Bezugspersonen) kommuniziert, um eine informierte Kaufentscheidung zu unterstützen. Es gibt bereits Produkte, die den Qualitätskriterien

entsprechen. In einigen Bereichen ist jedoch eine Bewusstseinssteigerung erforderlich; unter anderem hinsichtlich der gekennzeichneten Alterseignung.

Weitere Maßnahmen sind notwendig, um

- die Umsetzung der Qualitätskriterien zu fördern
- das Bewusstsein in der Bevölkerung weiter zu schärfen und
- Veränderungen im Lebensmittelangebot bzw. im Angebot von Säuglings- und Kleinkindnahrungen zu überwachen.

Zukünftig ist es wichtig, die NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für „Beikost-Starterprodukte“ um andere für Säuglinge und Kleinkinder relevante Produkte (wie beispielsweise Getränke, Kekse, Breie ab dem 8. Monat, Menüs für Kleinkinder etc.) zu erweitern, damit auch für diese Produkte Qualitätskriterien vorliegen und eine Angebotsoptimierung initiiert wird. Darüber hinaus könnte auch das Nährstoffprofilmodell der Weltgesundheitsorganisation (WHO) für Säuglinge und Kinder bis 36 Monate (WHO, 2019b) überprüft und für Österreich adaptiert werden.

## 2. Einleitung

Eine gesunde Ernährung ist die Grundlage für Wachstum, Entwicklung und Gesundheit von Kindern. Schon im frühen Kindesalter können Ernährungsgewohnheiten geprägt und ein gesundheitsförderliches Essverhalten erlernt werden (Ellrott, 2013). Studien weisen darauf hin, dass bereits im Mutterleib bzw. im Säuglingsalter eine Geschmacksprägung stattfindet (Nehring et al., 2015; Jotterand Chaparro et al., 2017; Savage et al., 2007). Aus diesem Grund ist die Schaffung eines gesundheitsförderlichen Lebensmittelangebots für Säuglinge, die gerade mit Beikost<sup>3</sup> beginnen, essentiell.

Bereits im Jahr 2010 wurden im Gesundheitsförderungsprogramm „Richtig essen von Anfang an!“ die am österreichischen Markt erhältlichen Beikostprodukte hinsichtlich ihrer Zusammensetzung laut Produktkennzeichnung (Nährwerte, Zutaten etc.) evaluiert. Die Evaluation zeigte, dass viele am österreichischen Markt erhältlichen Beikostprodukte nicht den Österreichischen Beikostempfehlungen entsprechen und hinsichtlich ihrer ernährungsphysiologischen Qualität verbesserungswürdig sind. In vielen Produkten waren süßende Zutaten (wie Zucker, Saftkonzentrat, Dicksaft, Sirup, Honig und Schokolade) oder Salz enthalten, die im ersten Lebensjahr nicht empfehlenswert sind ([REVAN, 2011](#)).

Die Zusammensetzung von für Säuglinge und Kleinkinder vermarktete Nahrungsmittel und Getränke ist nach wie vor verbesserungswürdig. Dies zeigt eine aktuelle europaweite Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO), bei der die Produktkennzeichnung von rund 8.000 Produkte aus Geschäften in Wien, Budapest, Haifa und Sofia evaluiert wurde. Inkludiert wurden Produkte wie Frucht- und/oder Gemüsebreie, Milch-Getreidebreie, Menüs mit Fleisch oder Fisch, Suppen, Joghurts, Desserts, Kekse, Waffeln, Säfte, Tees und andere Getränke, die für Kinder im Alter von 0 bis 36 Monate vermarktet wurden.

In drei der untersuchten Länder (Österreich, Bulgarien und Ungarn) entfielen bei mindestens der Hälfte der Produkte<sup>4</sup> mehr als 30 % der enthaltenen Kalorien auf den Gesamtzuckergehalt. Bei 4 von 10 Produkten<sup>5</sup> stammten mehr als 40 % der enthaltenen Kalorien aus Zucker. In Israel waren die Zuckergehalte niedriger, allerdings waren bei knapp 20 % der Produkte ebenfalls 30 % der enthaltenen Kalorien auf Zucker zurückzuführen.

In vielen Lebensmitteln wie beispielsweise in pürierten Breien aus Obst, Gemüse oder Milch ist von Natur aus Zucker enthalten. Bei rund einem Drittel der Produkte (30 %)<sup>6</sup> war dennoch Zucker oder eine andere süßende Zutat wie Fruchtsaftkonzentrat zugesetzt. Besonders zuckerhaltig waren Getränke (wie Säfte, Tees) und Desserts sowie pürierte Breie aus Obst.

---

<sup>3</sup> Unter Beikost werden alle Lebensmittel und Flüssigkeiten (außer Muttermilch, Säuglingsanfangsnahrung und Folgenahrung) verstanden, die ein Säugling während des ersten Lebensjahrs erhält.

<sup>4</sup> Bulgarien: 49 % der Produkte, Ungarn und Österreich: jeweils 57 % der Produkte (mit **mehr als 30 Energieprozent Zucker**)

<sup>5</sup> Bulgarien: 42 % der Produkte, Ungarn: 47 % der Produkte, Österreich: 50 % der Produkte (mit **mehr als 40 Energieprozent Zucker**)

<sup>6</sup> Österreich: 30 % der Produkte, Israel: 32,6 % der Produkte, Ungarn: 37,5 % der Produkte, Bulgarien: 41 % der Produkte (mit **Zusatz von Zucker/anderen süßenden Zutaten**)



Um ein bedarfsangepasstes Lebensmittelangebot für Säuglinge, die gerade mit Beikost beginnen, zu schaffen, wurden vom Gesundheitsförderungsprogramm „Richtig essen von Anfang an!“ „Qualitätskriterien für Beikost Starterprodukte“ erarbeitet, die von der Nationalen Ernährungscommission (NEK) verabschiedet wurden. Die Kriterien berücksichtigen die drei Bereiche „Kennzeichnung der Alterseignung“, „Zutatenliste“ und „Verwendungsempfehlungen“ und gelten für Breie im Gläschen sowie Getreidebreie zum Anrühren, die ab Beginn des 5. Monats und 6. Monats geeignet sind ([NEK, 2016](#)).

Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, am österreichischen Markt erhältliche Beikostprodukte, die ab dem 5. Monat bzw. ab dem 6. Monat gegeben werden können, anhand der NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ zu überprüfen und damit zu erheben, wie viele Produkte die Kriterien erfüllen.

Die Ergebnisse des Berichts sollen als Diskussionsgrundlage für Abstimmungen mit Lebensmittelunternehmen sowie Expertinnen und Experten im Bereich Lebensmitteltechnologie und Kinderernährung genutzt werden, um Produktoptimierungen anzuregen. Zudem sollen die Ergebnisse helfen, Entscheidungen über Gesundheitsförderungsaktivitäten qualitativ und effektiv zu treffen und entsprechend umzusetzen. Darüber hinaus soll Bewusstsein für die NEK-Empfehlung geschaffen und für eine informierte Kaufentscheidung sensibilisiert werden.

### 3. Methodik

Für die Anwendung der „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ wurden Produktkennzeichnungsdaten (Alterseignung, Zutatenliste, Verwendungsempfehlung etc.) von am österreichischen Markt erhältlichen „**Breien im Gläschen**“ und „**Getreidebreien zum Anrühren**“, die ab dem 5. Monat bzw. ab dem 6. Monat gegeben werden können, herangezogen. Die Produktkennzeichnungsdaten wurden im Rahmen des Projekts „**Lebensmittel unter der Lupe**“ ([www.lebensmittellupe.at](http://www.lebensmittellupe.at)) durch Online-Recherchen sowie durch Produktfotografien im Handel zwischen Juli 2017 und Jänner 2018 gesammelt.

Insgesamt standen 360 Breie im Gläschen und 60 Getreidebreie zum Anrühren mit den Alterseignungen ab dem 5. Monat bzw. nach dem 4. Monat und ab dem 6. Monat für die Überprüfung der Erfüllung der Qualitätskriterien zur Verfügung.

#### 3.1. Informationen zum Projekt „Lebensmittel unter der Lupe“

Im Projekt „Lebensmittel unter der Lupe“ wurden verschiedene Lebensmittelgruppen möglichst umfassend hinsichtlich ihrer Nährwerte (Zucker, Salz, Fett und Energie) und anderer produktbezogener Informationen (wie z. B. Zutatenverzeichnis, Alterseignung laut Hersteller) anhand der Produktkennzeichnung (mittels Online-Recherche und Produktfotografie im Handel) erhoben.

Produktinformationen stehen derzeit zu folgenden Lebensmittelgruppen zur Verfügung:

- Säuglings- und Kleinkindprodukte
- Produkte im Quetschbeutel
- Kakaos und Co zum Anrühren
- Erfrischungsgetränke, Säfte und Co (Nettofüllmenge  $\leq 750$  ml)
- Müslis und Frühstückscerealien
- Milchprodukte und pflanzliche Produkte (mit Schokolade, Kakao, Fruchtzubereitungen oder anderen geschmacksgebenden Zutaten)
- Pizza, Flammkuchen, Baguettes und Ofenbrote
- Backerbsen
- Ketchups
- Sugas und Pestos

Die Produktinformationen (laut Produktkennzeichnung) sind in einem Online-Tool ([www.lebensmittellupe.at](http://www.lebensmittellupe.at)) transparent dargestellt. So können interessierte Konsumentinnen und Konsumenten Produkte anhand ihrer Nährwerte vergleichen und informierte Kaufentscheidungen treffen.

Das Projekt „Lebensmittel unter der Lupe“ wird von der AGES (Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH, Fachbereich Integrative Risikobewertung, Daten und Statistik - Zentrum Ernährung & Prävention) durchgeführt und vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) sowie vom Gesundheitsförderungsprogramm „Richtig essen von Anfang an!“ unterstützt. Darüber hinaus erfolgt eine Finanzierung aus den Mitteln der "Gemeinsamen Gesundheitsziele aus dem Rahmen-Pharmavertrag".

## 3.2. NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“

Die „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ beschränken sich auf die drei Bereiche „Alterseignung“, „Zutatenliste“ und „Verwendungsempfehlung“ und gelten für alle Breie im Gläschen sowie für Getreidebreie zum Anrühren mit den Altersbezeichnungen „ab dem 5. Monat“ und „ab dem 6. Monat“. Nicht gültig sind sie für Tees, Säfte, Kekse, Hirse-/Mais-/Reiswaffeln, Milchgetreidebreie zum Anrühren (mit Wasser), Breie im Quetschbeutel und Suppen. Die Kriterien zu den Bereichen „Alterseignung“, „Zutaten“ und „Verwendungsempfehlungen“ sind nachfolgend dargestellt.

### 3.2.1. Alterseignung

- Breie, die ab Beginn der Beikosteinführung geeignet sind, tragen die einheitliche Altersbezeichnung „ab dem 5. Monat“ anstelle von „nach dem 4. Monat“.
- Breie, die für Säuglinge ab dem 6. Lebensmonat geeignet sind, tragen die einheitliche Bezeichnung „ab dem 6. Monat“.

### 3.2.2. Zutaten

In Breien mit den Altersbezeichnungen „ab dem 5. Monat“ und „ab dem 6. Monat“ sind folgende Zutaten nicht enthalten:

- **Zucker und süßende Zutaten bzw. Zutaten, die zum Zuckergehalt beitragen**  
wie Saccharose, Zuckerarten (z. B. Glukosesirup, Maltodextrin, Dextrose, Maltose, Fruktose, Laktose (ausgenommen in Säuglingsmilchnahrungen lt. VO), Fruchtsüße), Honig, Dicksaft (z. B. Apfel-, Birnendicksaft), Sirup (z. B. Karamellzuckersirup, Reissirup, Gerstenmalzextrakt/Malzsirup), Saftkonzentrat (z. B. Trauben-, Zitronen-, Birnensaftkonzentrat), Schokolade, Kekse, Fruchtpulver, Fruchtflocken, Früchte getrocknet, Süßmolkenpulver, etc.
- **Würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten**  
wie Speisesalz, scharfe Gewürze (z. B. Pfeffer), Zimt, Aromen (z. B. natürliche Fruchtextrakte, Vanilleextrakt, Vanillin), Schokolade, Kakaoerzeugnisse, etc.
- **Verarbeitete Fleischwaren**  
wie Wurst, Speck, etc.
- **Fruchtsäfte bzw. Fruchtsäfte aus Fruchtsaftkonzentraten**
- **Alle Milch und Milchprodukte (aus Kuhmilch und anderen Tiermilchen) (ausgenommen Butter)**  
wie Vollmilch, entrahmte Milch/Magermilch, Rahm, Obers/Sahne, Joghurt, Sauermilch, Buttermilch, Molkeerzeugnisse, Käse (z. B. Hartkäse, Mozzarella, Speisetopfen), Dauermilchprodukte (z. B. Milcheiweiß, Magermilchpulver), etc.

Ausnahme: Milch-Getreidebreie dürfen ab Beginn des 6. Monats Kuhmilch (z. B. Vollmilch), Buttermilch, Sauermilch und Joghurt als Zutat (in Mengen von maximal 100 ml bzw. 100 g pro Portion) enthalten.

### 3.2.3. Verwendungsempfehlungen für Getreidebreie zum Anrühren

- Das Etikett enthält keine Zubereitungsanleitung bzw. keinen Hinweis zur Verwendung von Milch und Milchprodukten (ausgenommen Vollmilch, Buttermilch, Sauermilch und Joghurt aus Kuhmilch ab dem 6. Lebensmonat), Zucker, süßenden Zutaten, würzenden bzw. geschmacksgebenden Zutaten, verarbeiteten Fleischwaren, Tee und Saft.
- Wenn ab Beginn des 6. Lebensmonats Vollmilch, Buttermilch, Sauermilch oder Joghurt als Zubereitungsmöglichkeit angeführt ist, wird darauf hingewiesen, dass zu Beginn pro Tag nur 100 ml bzw. 100 g der Milch/des Milchprodukts verwendet werden soll und die Menge langsam auf maximal 200 ml bzw. 200 g pro Tag im zweiten Lebenshalbjahr gesteigert werden kann.
- Getreidebreie zum Anrühren enthalten keine Zubereitungsempfehlung zur Verwendung als Trinkbrei in Milchfläschchen.
- Bei milchfreien Getreidebreien bzw. Breien, die nur 100 ml bzw. 100 g der oben genannten Milch und Milchprodukte enthalten, kann der Hinweis gegeben werden, dass hochwertige pflanzliche Öle (wie Lein-, Raps-, Walnuss-, Soja-, Weizenkeim- und Olivenöl) hinzugefügt werden können, wenn der Brei als Hauptmahlzeit (Frühstück, Mittagessen oder Abendessen) gegeben wird.
- Getreidebreie, die mit 200 ml Muttermilch, Milchnahrung oder Vollmilch (alternativ: Sauermilch, Buttermilch oder Joghurt) zubereitet werden, enthalten keinen Hinweis auf eine Öl-Zugabe.

## 4. Ergebnisse

### 4.1. Breie im Gläschen

Insgesamt erfüllten **10 %** der am österreichischen Markt erhältlichen Breie im Gläschen, die ab dem 5. Monat bzw. ab dem 6. Monat gegeben werden können, die „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“.

Die Kriterien zur „Kennzeichnung der Alterseignung“ wurden von rund  $\frac{1}{3}$  der Produkte (28 %) und die Kriterien zur „Zutatenliste“ von knapp  $\frac{2}{3}$  der Produkte (60 %) erfüllt.

Bei Breien im Gläschen, die für Babys **ab dem 5. Monat** geeignet sind, entsprach kein Produkt den Qualitätskriterien. Hauptgrund für die Nicht-Erfüllung der Kriterien ist die am Etikett angeführte Alterseignung „nach dem 4. Monat“ anstelle der wünschenswerten Kennzeichnung „ab dem 5. Monat“. Keines der erfassten Gläschen enthielt die Alterskennzeichnung „ab dem 5. Monat“. Die Kriterien bezüglich Zutaten wurden von 7 von 10 Produkten (69 %) erfüllt.

Bei Breien **ab dem 6. Monat** erfüllten alle Produkte die Vorgabe zur Kennzeichnung der Alterseignung. Die Vorgaben im Bereich Zutaten wurden von 4 von 10 Produkten (37 %) erfüllt. Breie ab dem 6. Monat erfüllten damit seltener die Zutaten-Kriterien als Breie ab dem 5. Monat (=nach dem 4. Monat).

Tabelle 2 Anteil an Breien im Gläschen, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen

Kriterium	alle Breie (n=360)	Breie nach dem 4./ab dem 5. Monat (n=258)	Breie ab dem 6. Monat (n=102)
Alterseignung erfüllt	28%	0%	100%
Zutaten erfüllt	60%	69%	37%
Alle Kriterien erfüllt	<b>10%</b>	<b>0%</b>	<b>36%</b>

Gründe der Nicht-Erfüllung im Bereich Zutaten:

Produkte, die die Vorgaben im Bereich der „Zutaten“ nicht erfüllten, hatten **Fruchtsäfte bzw. Fruchtsäfte aus Fruchtsaftkonzentraten** (bei 24 % der Produkte), **Zucker oder anderer süßende Zutaten** (bei 14 % der Produkte), **Milch bzw. Milchprodukte** (bei 9 % der Produkte) und/oder **würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten** (bei 3 % der Produkte) zugesetzt.

- *Fruchtsäfte bzw. Fruchtsäfte aus Fruchtsaftkonzentraten* standen bei 3 von 4 Obstgetreidebreien (72 %) sowie bei jedem 4. Obstbrei (24 %) und jedem 5. Menü mit Fisch (20 %) in der Zutatenliste.
- Zutaten wie *Zucker oder andere süßende Bestandteile* (Saftkonzentrate, Honig, getrocknete Früchte etc.) waren bei jedem 2. Milchgetreidebrei und jedem 5. Obst- bzw. Obstgetreidebrei im Gläschen enthalten. Bei Fleisch- und Fischzubereitungen sowie Menüs mit Fleisch oder

Fisch und Gemüsebreien gab es keine bzw. kaum Produkte mit Zusatz von Zucker oder anderen süßenden Zutaten.

- *Milch bzw. Milchprodukte* waren – entgegen der Kriterien – in 2 von 3 vegetarischen Menüs (64 %) und in 4 von 10 Menüs mit Fisch (40 %) als Zutat enthalten. In Milchgetreidebreien war Milch als Zutat bei mehr als der Hälfte der getesteten Produkte vor dem empfohlenen Alter enthalten.
- *Würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten* (natürliches Bourbonvanillearoma, Bourbonvanilleextrakt, natürliches Vanillearoma, Ceylon-Zimt, Schokoladenpulver etc.) waren ebenfalls vorwiegend in Milchgetreidebreien (in jedem 3. Produkt) zugefügt.
- *Verarbeitete Fleischwaren* (Wurst, Speck etc.) waren – entsprechend den Vorgaben – bei keinem Produkt enthalten.

Die Betrachtung der Kriterien auf Produktgruppenebene zeigt, dass die Zutatenkriterien von allen getesteten Fleisch- und Fischzubereitungen und vom Großteil der Menüs mit Fleisch (85 %) und Gemüsebreien (87 %) erfüllt wurden. Bei vegetarischen Menüs waren nur noch knapp 40 %, bei Obstbreien mit Getreide rund 20 % und bei Milchgetreidebreien rund 10 % der Produkte den Vorgaben bezüglich Zutaten entsprechend.

Tabelle 3 Anteil an Breien im Gläschen (gesamt), die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen, aufgeteilt nach Produktgruppen

Kriterium	alle Breie (n=360)	Fischzubereitungen (n=2)	Fleischzubereitungen (n=8)	Gemüsebreie (n=63)	Menüs mit Fisch (n=5)	Menüs mit Fleisch (n=41)	Menüs vegetarisch (n=11)	Milchgetreidebrei (n=17)	Obstbreie (n=135)	Obstbreie mit Gemüse (n=14)	Obstbreie mit Getreide (n=64)
<b>Alterseignung erfüllt</b>	28%	0%	0%	13%	20%	32%	45%	47%	19%	71%	48%
<b>Zutaten erfüllt</b>	60%	100%	100%	87%	60%	85%	36%	12%	63%	57%	22%
Ohne Zusatz von...											
– Zucker / süßenden Zutaten	86%	100%	100%	98%	100%	95%	100%	47%	84%	64%	80%
– würzenden / geschmacksgebenden Zutaten	97%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	65%	99%	100%	97%
– verarbeiteten Fleischwaren	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
– Fruchtsäften	76%	100%	100%	100%	80%	98%	91%	94%	76%	86%	28%
– Milch und Milchprodukten	91%	100%	100%	89%	60%	90%	36%	47%	100%	100%	97%
<b>Alle Kriterien erfüllt</b>	<b>10%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>10%</b>	<b>0%</b>	<b>17%</b>	<b>18%</b>	<b>12%</b>	<b>4%</b>	<b>50%</b>	<b>11%</b>

Tabelle 4 Anteil an Breien im Gläschen ab dem 5./nach dem 4. Monat, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen, aufgeteilt nach Produktgruppen

Kriterium	alle Breie nach 4./ab 5. Monat (n=258)	Fischzubereitungen (n=2)	Fleischzubereitungen (n=8)	Gemüsebreie (n=55)	Menüs mit Fisch (n=4)	Menüs mit Fleisch (n=28)	Menüs vegetarisch (n=6)	Milchgetreidebrei (n=9)	Obstbreie (n=109)	Obstbreie mit Gemüse (n=4)	Obstbreie mit Getreide (n=33)
<b>Alterseignung erfüllt</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>
<b>Zutaten erfüllt</b>	<b>69%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>89%</b>	<b>75%</b>	<b>100%</b>	<b>33%</b>	<b>0%</b>	<b>72%</b>	<b>25%</b>	<b>21%</b>
Ohne Zusatz von...											
– Zucker / süßenden Zutaten	89%	100%	100%	98%	100%	100%	100%	67%	88%	25%	73%
– würzenden / geschmacksgebenden Zutaten	99%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	89%	100%	100%	97%
– verarbeiteten Fleischwaren	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
– Fruchtsäften	83%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	89%	82%	75%	30%
– Milch und Milchprodukten	92%	100%	100%	91%	75%	100%	33%	0%	100%	100%	94%
<b>Alle Kriterien erfüllt</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>

Tabelle 5 Anteil an Breien im Gläschen ab dem 6. Monat, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen, aufgeteilt nach Produktgruppen

Kriterium	alle Breie ab dem 6. Monat (n=102)	Fischzubereitungen (n=0)	Fleischzubereitungen (n=0)	Gemüsebreie (n=8)	Menüs mit Fisch (n=1)	Menüs mit Fleisch (n=13)	Menüs vegetarisch (n=5)	Milchgetreidebrei (n=8)	Obstbreie (n=26)	Obstbreie mit Gemüse (n=10)	Obstbreie mit Getreide (n=31)
<b>Alterseignung erfüllt</b>	<b>100%</b>	-	-	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>
<b>Zutaten erfüllt</b>	<b>37%</b>	-	-	<b>75%</b>	<b>0%</b>	<b>54%</b>	<b>40%</b>	<b>25%</b>	<b>27%</b>	<b>70%</b>	<b>23%</b>
Ohne Zusatz von...											
– Zucker / süßenden Zutaten	78%	-	-	100%	100%	85%	100%	25%	69%	80%	87%
– würzenden / geschmacksgebenden Zutaten	93%	-	-	100%	100%	100%	100%	38%	96%	100%	97%
– verarbeiteten Fleischwaren	100%	-	-	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
– Fruchtsäften	61%	-	-	100%	0%	92%	80%	100%	50%	90%	26%
– Milch und Milchprodukten	90%	-	-	75%	0%	69%	40%	100%	100%	100%	100%
<b>Alle Kriterien erfüllt</b>	<b>36%</b>	-	-	<b>75%</b>	<b>0%</b>	<b>54%</b>	<b>40%</b>	<b>25%</b>	<b>23%</b>	<b>70%</b>	<b>23%</b>

## 4.2. Getreidebreie zum Anrühren

Von den am österreichischen Markt erhältlichen Getreidebreien zum Anrühren, die ab dem 5. Monat bzw. ab dem 6. Monat gegeben werden können, erfüllte **kein Produkt** die „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“. Dies ist vor allem auf die Kriterien im Bereich „Verwendungsempfehlungen“ zurückzuführen, die von nur knapp 5 % der Produkte erfüllt wurden. Die Kriterien zur „Kennzeichnung der Alterseignung“ wurden von rund 40 % der Produkte und die Kriterien im Bereich „Zutaten“ von rund 80 % der Produkte erreicht (Tabelle 6).

Bei alleiniger Betrachtung der Kriterien „Alterseignung“ und „Zutaten“, würde ca. jedes 4. Produkt (27 %) die beiden Kriterien erfüllen.

Tabelle 6 Anteil an Getreidebreien zum Anrühren, die die NEK – Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte erfüllen

Kriterium	alle Breie (n=60)	Breie nach dem 4. Monat / ab dem 5. Monat (n=40)	Breie ab dem 6. Monat (n=20)
<b>Alterseignung erfüllt</b>	<b>38%</b>	<b>8%</b>	<b>100%</b>
<b>Zutaten erfüllt</b>	<b>82%</b>	<b>90%</b>	<b>65%</b>
Ohne Zusatz von...			
– Zucker / süßenden Zutaten	83%	90%	70%
– würzenden / geschmacksgebenden Zutaten	93%	98%	85%
– verarbeiteten Fleischwaren	100%	100%	100%
– Fruchtsäften	100%	100%	100%
– Milch und Milchprodukten	100%	100%	100%
<b>Verwendungsempfehlung erfüllt</b>	<b>3,3%</b>	<b>2,5%</b>	<b>5%</b>
<b>Alle Kriterien erfüllt</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>

Die Kriterien zur Alterseignung wurden von allen Breien mit der Alterskennzeichnung „**ab dem 6. Monat**“ erfüllt. Bei Breien, die **ab dem 5. Monat** gegeben werden können, erreichten lediglich 8 % (=3 Produkte, alle von einer Marke) die Vorgabe zur Alterseignung. Grund dafür ist die Kennzeichnung „nach dem 4. Monat“ anstelle von „ab dem 5. Monat“.

Produkte, die die Kriterien zur Zutatenliste nicht erfüllten, hatten **Zucker bzw. andere süßende Zutaten** (in rund jedem 5. Produkt (17 %)) und/oder **würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten** wie Vanillearoma, Vanilin, Kakao etc. (in 1 von 15 Produkten (7 %)) zugesetzt.

Breie mit der Alterskennzeichnung „ab dem 6. Monat“ hatten häufiger Zucker/süßende Zutaten bzw. würzende/geschmacksgebende Zutaten zugesetzt als Breie „nach dem 4. Monat/ab dem 5. Monat“. **Verarbeitete Fleischwaren, Fruchtsäfte** sowie **Milch und Milchprodukte** waren – den Vorgaben entsprechend – in keinem der getesteten Getreidebreie zum Anrühren enthalten.



Gemäß den Qualitätskriterien sollte in der **Zubereitungsanleitung** für Säuglinge im ersten Lebensjahr kein Hinweis zur Verwendung von Milch und Milchprodukten (ausgenommen Vollmilch, Buttermilch, Sauermilch und Joghurt aus Kuhmilch bei Milchgetreidebreien ab dem 6. Lebensmonat), Zucker, süßenden Zutaten, würzenden bzw. geschmacksgebenden Zutaten, verarbeiteten Fleischwaren, Tee und Saft stehen.

- **Zucker und andere süßende Zutaten**, sowie **würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten, verarbeitete Fleischwaren** und **Tee** wurden – entsprechend den Vorgaben – nicht für die Zubereitung empfohlen. Einige Produkte wiesen jedoch auf die Zugabe von Zucker, Schokolade, Kakao und Zimt hin, wenn dieser für die ganze Familie verwendet wird.
- Die Verwendung von **Vollmilch** wurde beim Großteil der Getreidebreie zum Anrühren – entgegen der Kriterien – bereits „ab dem 5. Monat / nach dem 4. Monat“ für die Zubereitung vorgeschlagen. Dies trifft auf 83 % der Breie mit der Alterskennzeichnung „ab dem 5. Monat“ bzw. „nach dem 4. Monat“ zu. Gemäß den Österreichischen Beikostempfehlungen wird empfohlen, Kuhmilch allerdings erst ab dem 6. Monat zu geben.
- Bei jedem 4. Produkt (27 %) wird **Fruchtsaft** für die Zubereitung des Breis empfohlen bzw. auf die Zugabe von Fruchtsaft hingewiesen.

Jene Breie, die als Zubereitungsmöglichkeit die Verwendung von Vollmilch vorschlagen, empfehlen Großteils eine **Milchmenge von 100 ml**. Die empfohlene Milchmenge entspricht damit den Österreichischen Beikostempfehlungen, da zu Beginn pro Tag nur 100 ml Milch verwendet werden sollen. Allerdings wird auf keiner der Verpackungen darauf hingewiesen, dass die verwendete **Milchmenge mit zunehmendem Alter langsam auf maximal 200 ml pro Tag im gesteigert** werden kann.

In rund 5 % der getesteten Breie zum Anrühren wurde außerdem – entgegen der Kriterien – eine Zubereitungsanleitung zur Verwendung als **Trinkbrei in Milchfläschchen** gegeben.

Bei milchfreien Breien sowie Breien, die mit 100 ml Milch und 100 ml Wasser zuzubereiten sind, kann – gemäß den Qualitätskriterien – ein **hochwertiges Öl** hinzugefügt werden, wenn dieser als **Hauptmahlzeit** gegeben wird. Viele der getesteten Breie geben einen Hinweis zur Öl-Zugabe. Es wird jedoch nicht erwähnt, dass Öl nur zu Hauptmahlzeiten hinzugefügt werden sollte.

Bei Zubereitungsanleitungen mit ~200 ml Milchmengen enthielten die Verpackungen – den Kriterien entsprechend – keinen Hinweis auf eine Öl-Zugabe.

## 5. Zusammenfassung der Ergebnisse

Die „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ wurden von nur wenigen „Breien im Gläschen“ (10 %) und keinem „Getreidebrei zum Anrühren“ erfüllt.

Ein wesentlicher Grund für die Nicht-Erfüllung der Kriterien ist die **Kennzeichnung der Alterseignung** „nach dem 4. Monat“ anstelle der Bezeichnung „ab dem 5. Monat“. Insgesamt erfüllten nur 1 % der erfassten Produkte (0 % der Breie im Gläschen und 8 % der Getreidebreie zum Anrühren), die ab diesem Alter gegeben werden können, dieses Kriterium. *Untersuchungen zeigen, dass Angaben wie „nach dem 4. Monat“ beispielsweise als „im 4. Monat“ verstanden werden können, obwohl damit „ab dem 5. Monat“ gemeint ist. Unmissverständliche Zeitangaben sind wichtig, damit Empfehlungen von Verbraucherinnen und Verbrauchern richtig umgesetzt werden (Hilbig et al. 2014; Höld et al. 2016).*

Die Kriterien hinsichtlich „Zutatenliste“ wurden von rund zwei Drittel (63 %) der Breie im Gläschen und Getreidebreien zum Anrühren erfüllt. Breie mit der Kennzeichnung „ab dem 5. Monat (=nach dem 4. Monat)“ entsprachen den Zutaten-Kriterien häufiger als Breie mit der Alterseignung „ab dem 6. Monat“.

Am seltensten wurden die „Zutaten-Kriterien“ von Milch-Getreidebreien, Obstbreien mit Getreide und vegetarischen Menüs erfüllt. Dies ist besonders auf den Zusatz von, Zucker und anderen süßenden Zutaten (v.a. bei Milch-Getreidebreien, Obstbreien mit Getreide und Getreidebreien zum Anrühren) sowie würzenden und geschmacksgebenden Zutaten (v.a. bei Milch-Getreidebreien) und Fruchtsäften (v.a. bei Obstbreien mit Getreide) zurückzuführen.

- *Laut Österreichischen Beikostempfehlungen zählen **Zucker und zuckerhaltige Lebensmittel** aufgrund des Risikos für die Entwicklung von Karies und der frühen Gewöhnung an den süßen Geschmack zu den für Säuglinge nicht geeigneten Lebensmitteln.*
- *Auch **würzende- bzw. geschmacksgebende Zutaten** sind für Kinder, die gerade mit der ersten festen Nahrung beginnen, nicht empfehlenswert. Kinder sollten zu Beikostbeginn die Gelegenheit bekommen, den natürlichen Geschmack von Lebensmitteln kennen zu lernen und sich daran zu gewöhnen.*
- *Obst in natürlicher Form ist **Fruchtsäften** bzw. Fruchtsäften aus Fruchtsaftkonzentraten vorzuziehen. Bei frischen Früchten ist der Gehalt an bestimmten Inhaltsstoffen (wie etwa Ballaststoffen) höher als beim Saft.*

In einigen Produkten (v.a. in vegetarischen Menüs und Menüs mit Fisch) waren – entgegen den Kriterien – auch Milch bzw. Milchprodukte enthalten. Mehr als die Hälfte der getesteten Milch-Getreidebreie enthielten zudem Milch vor dem empfohlenen Alter.

- *Gemäß den Österreichischen Beikostempfehlungen sollte bis zum sechsten Lebensmonat auf jegliche Gabe von **Kuhmilch** verzichtet werden. Derzeit verfügbare Studien weisen darauf hin, dass Säuglinge ein erhöhtes Risiko für die Entwicklung von Eisenmangelanämie und Eisenmangelzustände haben, wenn Kuhmilch vor dem 6. Monat konsumiert wurde. Ab Beginn des 6. Lebensmonats kann Kuhmilch zur Zubereitung von einem Milch-Getreide-Brei pro Tag verwendet werden (Griebler et al. 2016).*

Bei Getreidebreien zum Anrühren lag die Nicht-Erfüllung der Qualitätskriterien vorwiegend an den **Verwendungsempfehlungen**.

Beim Großteil der Produkte wurde die Verwendung von **Kuhmilch** bereits bei Produkten mit der Alterskennzeichnung „nach dem 4. Monat“ (= „ab dem 5. Monat“) vorgeschlagen. Wurde die Verwendung von Kuhmilch als Zubereitungsmöglichkeit vorgeschlagen, war bei allen getesteten Produkten eine Zubereitung als Halbmilchbrei (100 ml Milch und 100 ml Wasser) angegeben. Die empfohlene Milchmenge von 100 ml entspricht der Menge, die gemäß den Österreichischen Beikostempfehlungen ab dem 6. Monat gegeben werden kann. Allerdings wurde nicht darauf hingewiesen, dass maximal einmal pro Tag ein kuhmilchhaltiger Brei gegeben und die verwendete Milchmenge mit steigendem Alter langsam auf maximal 200 ml pro Tag gesteigert werden soll.

Die Zugabe von **pflanzlichen Ölen** war ebenfalls nicht zu 100 % den Qualitätskriterien entsprechend. Bei kaum einem Produkt wurde darauf hingewiesen, dass pflanzliche Öle nur zu Hauptmahlzeiten hinzuzufügen ist.

Die Nicht-Erfüllung der Kriterien ist zu einem kleinen Anteil auch darauf zurückzuführen, dass **Fruchtsaft** für die Zubereitung des Breies empfohlen wurde bzw. auf die Zugabe von Fruchtsaft hingewiesen wurde.

Ein weiterer Grund ist die Zubereitungsempfehlung zur Verwendung als **Trinkbrei** in Milchfläschchen, die bei einigen Breien zum Anrühren gegeben wurde. Da Trinkbreie eine hohe Energiedichte aufweisen können und ein Risiko für Überfütterung darstellen, sollten Breie jedoch nicht aus dem Fläschchen getrunken werden. Die Fütterung von kohlenhydratreichen Mahlzeiten aus Fläschchen kann zudem das Risiko für Frontzahnkaries erhöhen.

Den Kriterien entsprechend war, dass **Zucker und andere süßende Zutaten**, sowie **würzende bzw. geschmacksgebende Zutaten**, **verarbeitete Fleischwaren** und **Tee** nicht für die Zubereitung empfohlen wurde.

## 6. Fazit

Die NEK-Empfehlung „Qualitätskriterien für Beikost-Starterprodukte“ wurde insgesamt von nur wenigen „Breien im Gläschen“ und „Getreidebreien zum Anrühren“ erfüllt.

Aus folgenden Gründen entsprachen nur sehr wenige Produkte den NEK-Empfehlungen für Beikost-Starterprodukte:

- Lediglich 1 % der Breie, die für Babys ab dem 5. Monat geeignet sind, erfüllten die NEK-Kriterien hinsichtlich der Alterskennzeichnung.
- Die Verwendungsempfehlungen am Etikett wurden nur von knapp 5 % der „Getreidebreie zum Anrühren“ erfüllt.
- Etwa ein Drittel der Produkte enthielten für den Beikostbeginn „unerwünschte Zutaten“ (z. B. Zucker oder anderen süßende Zutaten).

Im Hinblick auf einen optimalen Beikoststart werden folgende Umsetzungsschritte empfohlen:

### 1. Produktkennzeichnung / Produktinformationen

- Einheitliche Alterskennzeichnung „ab dem 5. Monat“ anstelle der Bezeichnung „nach dem 4. Monat“
- Bei den Verwendungsempfehlungen am Etikett...
  - keine Zubereitungsanleitungen mit Kuhmilch für Säuglinge vor dem 6. Lebensmonat
  - keine Zubereitungsanleitungen für Trinkbreie in Milchfläschchen
  - keine Zubereitungsanleitungen für die Zugabe von Öl außerhalb der Hauptmahlzeiten

### 2. Produktzusammensetzung / Rezeptur

- Vermeidung von Zucker bzw. anderen süßenden Zutaten und würzenden bzw. geschmacksgebenden Zutaten, damit Kinder den natürlichen Geschmack von Lebensmitteln kennen lernen und nicht zu früh an den süßen Geschmack gewöhnt werden
- Vermeidung von Fruchtsaft
- Vermeidung von Kuhmilch bzw. Milchprodukten in verzehrfertigen Breien vor dem 6. Lebensmonat

Weitere Maßnahmen sind notwendig, um die Umsetzung der Qualitätskriterien zu fördern, das **Bewusstsein in der Bevölkerung** weiter zu schärfen und **Veränderungen im Lebensmittelangebot** bzw. im Angebot von Säuglings- und Kleinkindnahrungen zu erreichen.

Um diese Ziele zu erreichen braucht es eine intensivierte Zusammenarbeit von Gesundheitsbehörden und Lebensmittelwirtschaft unter Einbeziehung relevanter Berufsgruppen und Stakeholder, Informationskampagnen für die Bevölkerung und das Monitoring der Zusammensetzung des Produktangebots.

Darüber hinaus wäre es wünschenswert, das Nährstoffprofilmodell der WHO für Säuglinge und Kinder bis 36 Monate (WHO, 2019b) bei den Überlegungen hinsichtlich der Gesetzgebung miteinzubeziehen.

Die Ergebnisse des Berichts stellen eine **wichtige Grundlage für die Diskussion** auf nationaler und europäischer Ebene dar und sind Basis für Abstimmungen und Gespräche mit

Lebensmittelunternehmen und sonstigen Institutionen hinsichtlich Produktoptimierung. Die Optimierung der am österreichischen Markt erhältlichen Beikostprodukte ist ein wichtiger Schritt, um Eltern und nahen Bezugspersonen ein gesünderes, den Österreichischen Beikostempfehlungen entsprechendes Produktangebot für ihre Kinder zu bieten.

## 7. Literatur

Ellrott T. Psychologische Aspekte der Ernährung. *Diabetologie* 2013;8:57-70.

Griebler U, Bruckmüller MU, Kien C, Dieminger B, Meidlinger B, Seper K, Hitthaller A, Emprechtinger R, Wolf A, Gartlehner G. Health effects of cow's milk consumption in infants up to 3 years of age: a systematic review and meta-analysis. *Public Health Nutr.* 2016;19(2):293-307.

Hilbig A, Stahl L, Avci Ö, Dinter J, Kersting M. Verständnis der bestehenden Ernährungsempfehlungen für Säuglinge bei Müttern deutscher und türkischer Herkunft. Eine qualitative Studie. *Prävention und Gesundheitsförderung* 2014;9(2): 99–103.

Höld E, Hitthaller A, Ruso P, Kolm A. Einflussfaktoren auf das Beikostverhalten. Teil 2: Einfluss des Migrationshintergrundes und des sozioökonomischen Status auf das Beikostverhalten bei Frauen aus Niederösterreich. *Ernährungsumschau* 2016;63(7):140-147.

Jotterand Chaparro C, Moullet C, Farina E; Department of Nutrition and Dietetics, University of Applied Sciences of Western Switzerland, Geneva. Sweet Taste – Is the preference for “sweet taste” innate and unchangeable? Geneva, August 2017.

<https://www.blv.admin.ch/dam/blv/de/dokumente/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/report-sweet-taste.pdf.download.pdf/COO.2101.102.6.pdf> (Zugriff: 04.09.2019).

Nationale Ernährungskommission (NEK). Empfehlung der Nationalen Ernährungskommission. Arbeitsgruppe: Kleinkinder, Stillende und Schwangere. Qualitätskriterien für Beikost Starterprodukte.

[https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:ede01622-51f3-4f12-a14f-4f4b909e09f7/nek\\_empfehlung\\_beikoststarterprodukte\\_nov2017.pdf](https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:ede01622-51f3-4f12-a14f-4f4b909e09f7/nek_empfehlung_beikoststarterprodukte_nov2017.pdf) (Zugriff: 03.03.2020).

Nehring I, Kostka T, von Kries R, Rehfues EA. Impacts of in utero and early infant taste experiences on later taste acceptance: a systematic review. *J Nutr.* 2015;145(6):1271-1279.

Richtig essen von Anfang an! (REVAN). Evaluation der Kennzeichnung von Beikostprodukten. Methodik und Ergebnisse 2010/2011, Wien, Mai 2011.

[https://www.richtigessenvonanfangan.at/fileadmin/Redakteure\\_REVAN/user\\_upload/Bericht\\_Evaluation\\_der\\_Kennzeichnung\\_von\\_Beikostprodukten\\_final.pdf](https://www.richtigessenvonanfangan.at/fileadmin/Redakteure_REVAN/user_upload/Bericht_Evaluation_der_Kennzeichnung_von_Beikostprodukten_final.pdf) (Zugriff: 04.09.2019).

Savage JS, Fisher JO, Birch LL. Parental influence on eating behavior: conception to adolescence. *J Law Med Ethics* 2007,35(1): 22-34.

World Health Organization (WHO). Commercial foods for infants and young children in the WHO European Region. A study of the availability, composition and marketing of baby foods in four European countries, 2019. <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/publications/2019/commercial-foods-for-infants-and-young-children-in-the-who-european-region-2019> (Zugriff: 04.09.2019).

World Health Organization (WHO). Ending inappropriate promotion of commercially available complementary foods for infants and young children between 6 and 36 months in Europe. A discussion paper outlining the first steps in developing a nutrient profile model to drive changes to product composition and labelling and promotion practices in the WHO European Region, 2019b. <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/publications/2019/ending-inappropriate-promotion-of-commercially-available-complementary-foods-for-infants-and-young-children-between-6-and-36-months-in-europe-2019> (Zugriff: 04.09.2019).