

专项检测揭开儿童食品“营养真相”

营养强化了,含糖量也高;监管部门提醒:别看包装看配方

“儿童食品更营养、更安全? 5月29日,南京市玄武区市场监管局发布专项检测报告,揭开儿童食品“营养真相”。现代快报记者了解到,50批次儿童食品都符合国家食品安全标准。通过风险监测,儿童食品的确比别的食品营养更强化。但同时,为了迎合儿童口味,儿童食品含糖量也较高,此外“益生菌”儿童食品也有猫腻。

现代快报+ZAKER南京记者 徐岑文/摄

抽检

法定项目均合格,营养有强化

今年儿童节前夕,南京玄武区市场监管局委托南京市产品质量监督检验院,启动儿童食品专项检测。对益生菌食品、儿童零食、调味品等6类、50批次的儿童食品进行抽检。结果显示,法定检测项目合格。但是在风险监测项目上,还有些风险。

目前,很多儿童食品都宣传营养强化,更加满足少年儿童快速生长及智力发育的需要,比如,高钙牛奶、维生素增强等。这是真的吗?

现代快报记者了解到,蛋白质和脂肪是儿童成长的基本营养物质,本次抽检选取这两个营养元素进行分析。19批次的儿童液态奶和乳饮料中,基本符合要求,部分儿童成长牛奶的蛋白质和脂肪含量较高。

针对强化项目,选取了维生素和矿物质类儿童食品进行了风险监测。其中,选取了14批次的儿童食品对维生素A、维生素D、维生素E、维生素B1等进行测定。选取了22批次食品对钙、铁、锌检测,结果显示,检测含量都能达到或略超过标签值,符合标签宣称。

因此,此次检测的儿童食品在营养强化方面,均符合要求,的确比别的食品营养更强化。

问题

含糖量高,200ml酸奶含23克糖

看到这样的结果,家长们是不是觉得很放心。先别急!南京玄武区市场监管局食品科科长罗亚玲告诉现代快报记者,部分儿童食品实际上是“双刃剑”,“从营养角度来看,的确是强化了,但为了迎合儿童的口味,往往会添加更多的糖,可能比一般食品要高”。

现代快报记者了解到,家长们倾向选择儿童食品,是因为儿童食品跟其他食品相比,“不利”元素较少或没有。但此次通过对糖元素的分析发现,白砂糖在儿童肉制品、乳制品、果泥等食品中占有着较大比重。

南京市质检院国家食品检验中心总监申蓉介绍,有一款风味酸牛奶总糖含量达11.5%。一瓶200ml,如果喝一瓶,糖分摄入量就已经达到23g了。根据《中国居民膳食指南2016》,推荐成人糖每日摄入量上限50g,最好控制在25g以下。按此折算,喝1瓶这样的儿童酸奶,糖摄入量就已经很高了。

同样,从盐元素风险监测来看,儿童调味品、榨菜和肉松都含有一定量的盐分。而《中国居民膳食指南2016》建议,7-12个月婴儿每天只需要350毫克(mg)的钠就足够了。因此不管商家如何宣传,婴幼儿喂养中,都应当少使用调味品及肉松。

真相

益生菌含量不达标,问题在哪

另一个值得关注的是益生菌食品真相。孩子消化不良,或者肠胃不舒服时,家长往往会优先选择带“益生菌”字样的食品。这跟商家大量宣传益生菌的氛围密不可分。此次抽检,选取了8批次儿童益生菌食品进行乳酸菌总数的检测。

南京质检院国家食品质检中心检测人员刘艳荣告诉现代快报记者,此次抽检的益生菌食品主要分为两类,其中4批次为活性益生菌食品,4批次为杀菌型益生菌食品。“杀菌型对身体健康也是有益的,但是活性益生菌可以调节肠道菌群,增强免疫力。”

结果显示,有1批次活菌产品,标称为“益生菌酸奶溶豆”,实测乳酸菌含量只有其产品标签明示值的四分之一。同时,也没有达到国家标准中乳酸菌活菌数量的要求。刘艳荣分析,活菌通常需要冷藏,导致乳酸菌数量下降的原因,可能是样品储存温度过高、储存时间较长有关。

因此,益生菌食品的真实性:标称添加活菌的食品中,在储存(比如冷藏)符合要求的情况下,基本能符合其标签宣传数量。



▲杀菌型乳酸菌

◀儿童酸奶糖含量较高

提醒

别落入“儿童食品”概念陷阱

目前,除3周岁以下婴幼儿配方乳粉和配方食品外,国家还没有关于“儿童食品”的概念和相关食品标准。市场监管部门提醒,选择儿童食品,不要被包装、图案及宣传概念迷惑,看配料表进行选择更合理。

此外,儿童食品虽然做过营养强化,但是同样也会摄入较高的糖分。部分低盐减盐的食品,同样不适用2岁以下婴幼儿。同样,选择益生菌食品,要注意辨别是活菌还是灭菌型。如果有需要活菌的益生菌食品,请注意标签。购买后,尽快放置到其标示规定的存储温度的环境下。

在南京,上下班路上单身可免费找对象

在公交上、地铁里、排队中,随处可见低头族,然而玩手机躲避得了现实中情侣们秀恩爱的“暴击”,却躲不了朋友圈、微博里满屏“撒狗粮”的动态!白领单身白天太忙,没时间相亲?快来加入微信交友圈,上下班时间,动动手指,就能和南京6500名单身在线相亲!



5.20刚过,端午节眼看又要到了,很多人的噩梦即将重现:大妈大姨聚在一起,叽叽呱呱念叨自己啥时候找对象。比起“以后再说”然后遥遥无期,不如端午到来之前,加入微信交友圈,跟帖互动,发帖征婚,动动手指就能结识数千南京单身。

A 婚礼上,单身成了主角

“这个月一大半的工资都拿来随份子了,这倒没什么,关键是扔捧花的时候,大伙儿再三说要让我,后面就全程教育我要早点找对象。”陈小

姐无奈地表示,这个月参加了4场好友婚礼的她,莫名成为了每场婚礼中,朋友们关注的对象。

后来,机缘巧合之下,陈小姐加入了交友圈。“平时坐地铁上下班,40多分钟的车程也挺无聊的,就会打开手机和交友圈里面的男士互动,大家的作息差不多,所以回复得都很及时。”每天,单身白领只需要通过零碎的时间,上下班、排队、吃饭、午休等等,就能参与交友圈内的征婚、互动。

B 交友圈,大家都聊嗨了

“出生年龄等于单身年龄,85后大龄男青年求脱单!”罗先生发了一条

征婚动态,半小时不到的时间就收到了30多条留言。罗先生表示,因为找对象的事没少被家里人唠叨,快过年了,就想在交友圈里碰碰运气。没想到,很快就认识了他一样受单身问题困扰的陈小姐,两人一来一往,渐渐就聊开了话题。

交友圈作为时下颇受未婚青年关注的相亲平台,单身们不仅能够自己把握交友时间,自主征婚交友的方式也深受大家的喜爱。圈友们互动性强,态度真诚,喜欢的就在线表示好感,不喜欢的直接拒绝也不会尴尬。还是单身的你也想找个情投意合的另一半?扫码报名,用微信即可直达“现场”!



扫码进交友圈
随时随地找对象



一个人吃饭、逛街、宅在家里看电影……“孤独至尊宝”大概就是这样。单身们想在两点一线的生活中来点不一样的?快来参加每晚8点的线上相亲会吧!拿起手机,打开微信,就能随时随地开启相亲模式。

为脱单做了不少努力,见过相亲对象、参加过相亲活动,甚至还搭讪过偶然遇见的陌生人,然后……就没有然后了!“方向不对,努力白费”在找对象中也同样适用。我主良缘创建微信相亲群,单身们不仅不受时间、地点的限制,还能通过每晚八点的线上相亲会,感受气氛热烈的脱单大本营,增加自己的脱单几率!

目前,已有近5000名单身加入其中,群内氛围好,脱单效果显著,每周都有数十对单身牵手成功,想在七夕前告别单身?这次机会千万别错过了!



扫描二维码
进微信相亲群