

Kindermüsli im Test: Öko-Test findet Zuckerfallen und Schadstoffe

geschrieben von Redakteur | Juni 29, 2025



Sechs von zehn getesteten Kindermüslis schneiden „sehr gut“ ab – doch einige Produkte enthalten bedenkliche Stoffe und zu viel Zucker.

Kindermüslis sollen kindgerecht, gesund und ausgewogen sein – so suggerieren es Verpackung und Vermarktung. Doch eine aktuelle Untersuchung von Öko-Test zeigt: Nicht alle Produkte halten dieses Versprechen. Zehn Müslis, die sich speziell an Kinder richten, wurden im Labor auf Schadstoffe und Nährwerte geprüft – mit gemischten Ergebnissen. Besonders kritisch bewertet wurden Zuckeranteile, Acrylamid, Pestizidrückstände und Mineralölbestandteile.

Acrylamid: Potenziell krebserregender Stoff in Knuspermüslis

Ein getestetes Müsli enthielt einen stark erhöhten Gehalt an Acrylamid, das sich beim Rösten bildet. Die Substanz gilt laut der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als potenziell krebserregend. Zwar existieren keine verbindlichen Grenzwerte, die EU-Kommission gibt aber Richtwerte vor – gerade für Produkte auf Vollkornbasis. Öko-Test orientiert sich an diesen Werten und fordert besonders bei Lebensmitteln für Kinder Zurückhaltung.

Pestizidrückstände bei konventionellen Produkten

Acht der zehn getesteten Müslis stammen aus biologischem Anbau – entsprechend selten wurden Pestizide nachgewiesen. Bei einem konventionellen Produkt fanden sich jedoch Rückstände von zwei Wirkstoffen: Piperonylbutoxid und Chlormequat. Zwar lagen die Mengen im Spurenbereich, doch Öko-Test wertet bei mehrfachen Rückständen grundsätzlich ab – aus Vorsorgegründen.

Mineralölbestandteile: Vermeidung ist möglich

In mehreren Produkten wurden MOSH-Verbindungen gefunden – gesättigte Mineralölkohlenwasserstoffe, die sich im menschlichen Fettgewebe anreichern können. Ob diese langfristig gesundheitsschädlich sind, ist wissenschaftlich nicht abschließend geklärt. Dennoch sollten sie laut Öko-Test insbesondere in Kindermüslis vermieden werden, etwa durch geeignete Verpackung und schonende Verarbeitung.

Zucker: Große Unterschiede zwischen den Produkten

Am deutlichsten zeigen sich die Qualitätsunterschiede beim Zuckergehalt. Während einige Müslis unter 8 Gramm Zucker pro 100 Gramm enthalten, überschreitet ein Produkt den Wert von 29 Gramm. Das entspricht mehr als der Hälfte der von der WHO empfohlenen Tageshöchstmenge für Kinder im Alter von vier bis sieben Jahren – allein mit einer einzigen Portion. Problematisch ist laut Öko-Test auch, dass überzuckerte Müslis mit kinderfreundlichem Design beworben werden – trotz gegenteiliger Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation.

Weitere Informationen finden Sie [hier...](#)

Quelle: Pressemitteilung Öko-Test