

Fruchtriegel für Kinder: Fast so viel Zucker wie in Schokoriegeln

geschrieben von Redakteur | April 29, 2024



Öko-Test hat in zwölf gestesteten Riegeln durchschnittlich 42,6 Gramm Zucker pro 100 Gramm festgestellt

Öko-Test hat zwölf Fruchtriegel für Kinder getestet. Aus Sicht der Verbraucherschützer enthalten alle getesteten Produkte zu viel Zucker. Viele Anbieter werben trotzdem mit Aussagen, die laut Öko-Test suggerieren, dass die Fruchtriegel gut für Kinder seien. In den Testprodukten sind durchschnittlich 42,6 Gramm Zucker pro 100 Gramm deklariert. Zum Vergleich: In 100 Gramm Schokoriegeln stecken im Schnitt 50 Gramm Zucker. „Von einem idealen Snack kann hier nicht die Rede sein, eher von kleinen Zuckerbomben. Da helfen auch bunte Tiergesichter und Obstbilder auf den Verpackungen nicht – und Slogans wie ‚idealer Snack für zwischendurch‘ sind aus unserer Sicht

verwirrend“, sagt Lebensmittelchemikerin und Öko-Test-Projektleiterin Lisa-Marie Karl.

Deutlich mehr Zucker als von der WHO empfohlen

Öko-Test hat bereits im vergangenen Jahr in einem Test die Zuckergehalte in verschiedenen Kinderlebensmitteln unter die Lupe genommen – darunter Quetschies, Cerealien und Babykekse. Die Verbraucherschützer bemängeln Auslobungen wie „ohne Zuckerzusatz“ oder „Süße nur aus Früchten“, die sich auch bei einigen Fruchtriegeln im aktuellen Test wiederfinden. Auch wenn dem Riegel kein Zucker zugesetzt wird, sind beispielsweise die Zutaten Apfelsaftkonzentrat oder getrocknete Bananen für hohe Zuckergehalte verantwortlich. Das Problem laut der Verbraucherschützer: Zucker bleibt Zucker, auch wenn es sich um Fruchtzucker handelt. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) rät, dass die tägliche Menge für ein- bis dreijährige Kinder mit einem angenommenen Energiebedarf von 1200 Kilokalorien täglich 30, besser noch 15 Gramm Zucker, nicht übersteigen sollte. Die Fruchtriegel im Test schöpfen das mit durchschnittlich zehn Gramm schon zu mehr als der Hälfte aus.

Zum Teil auch Schimmelpilzgifte und Schwermetalle

Punktabzug gibt es nicht nur für Zucker in den Testprodukten: Bei einigen Fruchtriegeln wies das beauftragte Labor auch Schimmelpilzgifte oder Schwermetalle nach. Der Bebivita Fruchtriegel Apfel-Banane fällt mit „ungenügend“ durch – unter anderem wegen einer aus Öko-Test-Sicht erhöhten Menge an potenziell nervenschädlichem Blei und zugesetztem Eisen. Am zweitschlechtesten schneidet mit „mangelhaft“ der Genuss Plus Kids Apfel Mango von Rossmann ab. Das beauftragte Labor hat

darin die Schimmelpilzgifte T-2/HT-2 in aus Öko-Test-Sicht erhöhter Konzentration nachgewiesen.

Weitere Informationen und den aktuellen Test finden Sie in der Maiausgabe des Öko-Test-Magazins oder unter: oekotest.de/14575

Quelle: Pressemitteilung Öko-Test