

Versteckter Zucker: Wie Fructose die Nieren von Kindern belasten kann

geschrieben von Redakteur | März 5, 2026



Fructose steckt in vielen Lebensmitteln für Kinder – von Fruchtjoghurts bis zu Eistees. Fachleute warnen, dass ein hoher Fructosekonsum langfristig auch die Nieren belasten kann. Besonders zuckergesüßte Getränke gelten als problematisch.

Hähnchenfleisch im Test: Keime in mehr als jedem zweiten Produkt

geschrieben von Redakteur | März 5, 2026



Hähnchenfleisch gehört in vielen Familien regelmäßig auf den Tisch. Umso alarmierender sind aktuelle Testergebnisse von Öko-Test: Mehr als die Hälfte der untersuchten Produkte ist mit antibiotikaresistenten Keimen belastet. Was das für die Ernährung bedeutet.

Gericht stoppt „Immun-Smoothie“ für Kinder: Foodwatch setzt sich durch

geschrieben von Redakteur | März 5, 2026



Das Landgericht Karlsruhe untersagt dm, einen Kinder-Quetschie als „Immun-Smoothie“ zu bewerben. Foodwatch hatte geklagt – und gewonnen. Das Urteil schützt Eltern vor irreführender Gesundheitswerbung und zeigt, wie kritisch bunte Versprechen auf Kinderprodukten sind.

Kindermüsli im Test: Öko-Test findet Zuckerfallen und Schadstoffe

geschrieben von Redakteur | März 5, 2026



Kindermüslis gelten als gesunder Start in den Tag – doch viele Produkte halten nicht, was sie versprechen. Öko-Test hat zehn Müslis untersucht. Das Ergebnis zeigt: Zwar schneiden sechs Produkte mit „sehr gut“ ab, doch einige enthalten zu viel Zucker, Spuren von Pestiziden oder sogar potenziell krebserregendes Acrylamid.

Bereits Kleinkinder essen zu süß und ungesund

geschrieben von Redakteur | März 5, 2026



Die Ernährung in den ersten Lebensjahren bilde das Fundament für die kindliche Entwicklung und Gesundheit und sei prägend für spätere Essgewohnheiten, erklärt Prof. Dr. Regina Ensenauer, Leiterin des Instituts für Kinderernährung am MRI. In einer Studie hat sie mit ihren Kolleg*innen die Essgewohnheiten von Kleinkindern untersucht.