

## **Sinn und Unsinn von Kinderfood**

**Kinderprodukte verheissen Gesundes. Tatsächlich aber enthalten sie meist zu viel Zucker, zu viel Fett und zu viele Kalorien. Zudem sind sie häufig mit überdosierten Vitaminen und zahlreichen Aromastoffen angereichert. Das fand die Stiftung Warentest, als sie 40 spezielle Kinderlebensmittel mit herkömmlichen Lebensmitteln verglichen. Wird ein Kind einen Tag lang mit Fertigprodukten wie Knusperone, Monsterbacke Früchtequark oder mit anderen mit tollen Fantasienamen aufgepeppten Kinderfood ernährt, kommen 124 g Zucker plus 64 g Fett und unzählige Zusatzstoffe zusammen. Bereitet man sie Speisen selber zu, dann kommt man auf 23 g Zucker und 45 g Fett. Die deutschen Verbraucherschützer fordern nun Regeln zur Bewerbung von Kinderlebensmitteln. „Kinder müssen stärker von zweifelhaften Marketingprodukten der Lebensmittelindustrie geschützt werden.“**

**„Mit einem Extra Schuss Milch oder ein bisschen Calcium für die Knochen, aus einer Kalorienbombe ein Fitnessprodukt zu machen, sollte nicht länger erlaubt sein. „Die europäischen Kinder werden immer dicker. Bewegungsmangel, Veranlagung. Soziale Ursache, falsche Ernährungsgewohnheiten und der fehlende kritische Umgang mit der Werbung sind Gründe dafür. Viele Eltern aber sind davon überzeugt das Beste für ihren Sprössling zu kaufen, wenn es gemäss Werbung mit einer Extraportion Vitamine und Calcium angereichert ist. Dieser**

**Zusatznutzen ist eher klein bis gar nicht vorhanden!  
Kinderprodukte sind schlicht überflüssig, ihr Nährwert ist meist  
sogar schlechter als normale Nahrung, die reich an Früchten,  
Gemüsen und vollwertigen Getreideprodukten sein sollte.**