



INNHold OG MERKING AV FRUKTPURÉER OG FRUKTGUMMI TIL SPED- OG SMÅBARN

En gjennomgang av barnemat i dagligvarebutikker

12.06.2020

Innhold

SAMMENDRAG	3
1 BAKGRUNN	4
1.1 Sukker i industriframstilt barnemat	4
2 METODE OG PRAKTISK GJENNOMFØRING	6
3 FRUKTPURÉER OG SMOOTHIE I KLEMMEPOSER	7
3.1 Vurdering av næringsinnhold	10
3.2 Vurdering av merking og bruk av påstander	15
4 FRUKTGUMMI OG FRUKTSNØRER	18
5 FORBRUKERRÅDETS ANBEFALINGER	24
5.1 Produktutvikling, reformulering og redelig merking	24
5.2 Myndighetenes nasjonale og internasjonale forpliktelser	24
6 KONKLUSJON	25
7 REFERANSER	26



Sammendrag

Markedet for industrielt framstilt mat og drikke som retter seg mot barn under tre år har vokst betydelig de siste årene. Innovasjon og produktutvikling har ført til et bredere utvalg, og stadig nye produkter kommer i hyllene.

Sped- og småbarn er en spesielt sårbar forbrukergruppe. Behovet for tilførsel av næringsrik mat er stort for å dekke behovet for næringsstoffer og energi. Mat og drikke som inntas de første leveårene er av stor betydning for helse og utvikling på kort og på lang sikt.

Når produkter markedsføres og rettes mot de yngste barna, må vi stille ekstra strenge krav både til ernæringsmessig sammensetning og hvordan produktene markedsføres og merkes. Dette har også myndighetene forpliktet seg til, blant annet gjennom vedtak i Verdens helseforsamling (WHA) og i regjeringens handlingsplan for bedre kosthold, men dette har foreløpig ikke resultert i synlige nasjonale tiltak.

Forbrukerrådet har i denne rapporten gjennomgått deler av barnematmarkedet. Vi har konsentrert oss om to produktkategorier, henholdsvis fruktpuréer og smoothier på klemmepose og fruktgummi. Utvalget består av 34 klemmeposer og 8 typer fruktgummi.

Dette er produkter som markedsføres som sunne. Til felles er et høyt innhold av sukker, når dette defineres som frie sukkerarter.

HOVEDFUNN I FORBRUKERRÅDETS GJENNOMGANG ER:

- Over halvparten av klemmeposene med fruktpuré har lavere innhold av energi enn anbefalt, og i snitt kommer 70 % av energien fra sukker.
- Gjennomsnittlig sukkerinnhold i produktene er 11 gram sukker (pr. 100 gram).
 - 31 av 34 produkter gir barnet mer enn én teskje sukker (tilsvarende 6 g).
 - 9 av 34 produkter gir barnet mer enn to teskeer sukker (tilsvarende 12 gram).
- Fruktgummi med høyt innhold av sukker markedsføres som sunne produkter til små barn fra 12 måneders alder.

Forbrukerrådet mener produsenter må vise større ansvar i utviklingen av produkter som retter seg mot de yngste barna og vise større redelighet i markedsføringen. Videre mener Forbrukerrådet at myndighetene må følge opp internasjonale og nasjonale forpliktelser og iverksette tiltak som hindrer markedsføring av produkter med høyt innhold av sukker mot sped- og småbarn. Det må settes standarder for næringsinnhold og sammensetning, og det må settes krav til merking. Villedende merking må slås ned på.



1 Bakgrunn

Forbrukerrådet har ved flere anledninger sett på merkingen av emballert mat i norske dagligvarebutikker. Hensikten er å avdekke matmerking som ikke er i tråd med regelverket, og utforming av matemballasje som er egnet til å villedde forbrukerne. Merkesjekker har ofte vært gjort med vekt på «sunnvasking», som betyr at produktene forsøker å framstå som sunnere enn de er.

Tidligere i år publiserte Forbrukerrådet rapporten [Vet vi hva vi kjøper?](#). Under arbeidet med denne gjennomgangen fikk vi øynene opp for et voksende marked, nemlig industriframstilt barnemat, og merkingen av disse produktene.

Sped- og småbarnsalderen, som gjerne defineres som opptil tre år, er preget av rask vekst og utvikling. Tilstrekkelig tilførsel av essensielle næringsstoffer er grunnleggende viktig for barnas utvikling og helse. De fysiologiske behovene for næringsstoffer, sett i forhold til mengden mat denne gruppen inntar, er stor. Det fordrer at den maten som faktisk blir tilbudt og spist av barna, er næringstett og samlet tilfører det barna trenger. På den annen side er det viktig å unngå for høyt kaloriinntak og for mye av enkelte næringsstoffer, slik som sukker og salt, da dette gir økt risiko for karies og overvekt, som igjen er risikofaktor for kroniske sykdommer senere i livet. Det er også i denne perioden smaksapparatet utvikles, preferanser skapes og de første vanene for det som kan bli et varig kosthold etableres.

I mer enn ti år har internasjonale og nasjonale helsemyndigheter, organisasjoner, ernæringsmiljøer og forskere hatt oppmerksomhet på industriframstilt barnemat og den negative effekten disse kan ha på barns helse og utvikling. Man er bekymret for hvordan disse produktene i seg selv, og markedsføringen av dem, kan påvirke amming og barnas smaksutvikling, preferanser, ernæringsstatus og helse.

Det er fra politiske myndigheters side et uttalt mål å forhindre uegnet markedsføring av produkter beregnet på spedbarn og småbarn for å fremme og støtte amming, for å forebygge overvekt og ikke-smittsomme sykdommer og for å fremme et sunt og variert kosthold¹. I denne sammenheng er både produktenes ernæringsmessige sammensetning og hvordan de merkes og promoterer, av betydning.

Forbrukerrådet ønsker med denne rapporten å rette oppmerksomheten på et voksende marked som retter seg mot små barn som er en spesielt sårbar forbrukergruppe, og produsentenes og myndighetenes ansvar for å beskytte denne gruppen mot usunne og potensielt skadelige produkter.

1.1 Sukker i industriframstilt barnemat

I denne rapporten har vi valgt å fokusere på produkter med høyt deklart innhold av sukkerarter. I produktene kommer sukkerartene – eller det som vi også vil omtale som sukker – fra produktenes råvarer, fruktjuice eller -konsentrat, og ikke fra det som vi i dagligtale omtaler som sukker (farin).

Nasjonale ernæringsanbefalinger sier at inntaket av såkalt tilsatt sukker ikke bør utgjøre mer enn 10 prosent av energitilførselen. Ifølge Verdens helseorganisasjons (WHO) anbefalinger fra 2015, vil et sukkerinntak ned mot 5 prosent av energitilførselen kunne gi ytterligere helsefordeler. «Tilsatt sukker» er av norske helsemyndigheter² definert som sukrose (farin/hvitt eller brunt sukker), fruktose, glukose,

¹ Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold 2017-2021.

² <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/spedbarnsernaering>



stivelseshydrolysat (glukosesirup, høyfruktosesirup), andre isolerte sukkerpreparater, samt sukker som naturlig forekommer i honning, fruktsirup, fruktjuice og fruktkonsentrater, når disse er brukt i ren form eller er tilsatt som komponent i matvarer eller ved matlaging.

Denne definisjonen er i tråd med den som Verdens helseorganisasjon (WHO) etablerte i 2015, omtalt som «free sugars». Det internasjonale ekspertorganet presiserer at sukker som er naturlig til stede i *fersk og intakt* frukt, og laktose som er naturlig til stede i melk og usøtede melkeprodukter, *ikke* inngår i definisjonen av fritt sukker³. Frukt og bær som er brukt i framstillingen av smoothie og fruktmos på klemmeposer eller fruktsnører og fruktgummi, kan ikke som del av ferdig produkt, kalles fersk og intakt.

Public Health England oppdaterte i 2018⁴ myndighetenes definisjon av «free sugars». Storbritannias vitenskapskomité for ernæring anbefalte blant annet at sukker som er naturlig til stede i frukt og grønnsaker som er blandet (blended), most eller gjort om til puré, ekstrudert eller pulverisert, er å regne som fritt sukker fordi cellestrukturen er ødelagt og brutt ned, og derfor gir en annen fysiologisk respons. Dette betyr at fritt sukker konsumert gjennom denne typen bearbeidet frukt eller bær, vil gå inn i beregningen av sukkerinntak i befolkningen. I Storbritannia har myndighetene vedtatt at fritt sukker ikke bør utgjøre mer enn 5% av det totale energiinntaket.

Forbrukerrådet har i denne rapporten valgt å legge til grunn WHO's og Storbritannias tilnærming til sukker. Det er allerede spilt inn til norske mat- og helsemyndigheter et opplevd behov for å gjennomgå tilnærmingen til og definisjonen av «tilsatt sukker» brukt i Norge.



HVOR MYE SUKKER TIL GUSTAV PÅ 6 MÅNEDER?

For å sikre god helse og utvikling, bør Gustavs mat og drikke inneholde så lite sukker som mulig, og maksimalt utgjøre 5-10% av energiinntaket. Det vil si at mat og drikke maksimalt bør tilføre 8-16 gram sukker per dag. Fruktsukker fra intakt, fersk frukt inngår ikke.

Kilde: PHE UK og WHO

³ <https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/sugar-guideline/en/>

⁴ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5962881/>



2 Metode og praktisk gjennomføring

Forbrukerrådet besluttet å gjøre en selvstendig gjennomgang av markedet for sped- og småbarnsmat da vi arbeidet med en gjennomgang av matmerking høsten 2019 som hadde fokus på sunnvasking. Dette markedet har vokst fram over de senere årene, og antas å være i fortsatt vekst. Produktene retter seg mot en særskilt sårbar forbrukergruppe, og det er produkter som i stort omfang bærer påstander som kan være misvisende for forbrukerne og egnet til å villed.

Et første skritt på veien i dette prosjektet var å orientere seg i forskning og rapporter på feltet, de viktigste referansene er oppgitt bakerst i rapporten. Det ble tidlig klart at norske myndigheter har forpliktet seg til å beskytte sped- og småbarn mot usunne produkter og markedsføring av disse, men forpliktelsene er i liten grad fulgt opp med nasjonale tiltak (omtalt i kap. 5.2).

Helsedirektoratet deltok i 2018 i en pilotstudie på barnematmarkedet som ledd i WHO Euros arbeid på feltet. Utvalget fra det norske markedet bestod av 107 produkter, og produkter med høyt innhold av sukkerarter utpekte seg. På bakgrunn av dette, bestemte Forbrukerrådet seg for å gjennomføre en kartlegging av fruktpuréeer på klemmepose og av produkter som kan defineres som godteri eller søtsaker, som retter seg mot barn under tre år.

Forbrukerrådet har vært i butikker fra alle de tre store dagligvarekjedene (Rema 1000, Extra og COOP Mega, Kiwi og Meny) og kjøpt et utvalg av produktene som finnes i hyllene med barnemat. Innkjøpene er gjort i Oslo i april 2020. For enkelte produkter har vi brukt kolonial.no og meny.no som kilde til informasjon om ingrediensliste og næringsinnhold.

Våre vurderinger er gjort på to områder.

Vi har vurdert produktenes ernæringsmessige kvalitet opp mot den foreslåtte ernæringsprofilen som en ekspertgruppe nedsatt av WHO Euro står bak⁵. En ernæringsprofil kan best forklares som en modell som angir næringsinnhold og sammensetning av produkter i definerte kategorier. Profilene er basert på vitenskapelig kunnskap om sammenhengen mellom ernæring og helse hos målgruppen, i dette tilfellet sped- og småbarn opptil tre år. Produktene vi valgte å se nærmere på tilhører kategoriene 2.2 og 4.1 i ernæringsprofilen.

Vi har også vurdert merking, emballasjeutforming og bruk av påstander på produktene. Merking skal skje etter gjeldende regelverk. Villedende merking er ikke tillatt. Som del av arbeidet for å hindre upassende markedsføring og promotering av disse produktene, er det foreslått krav til merking. Vi har vurdert produktenes merking i lys av disse forslagene.

På bakgrunn av våre funn og det ansvaret som norske myndigheter har for å følge opp nasjonale og internasjonale forpliktelser på dette området, kommer vi avslutningsvis med noen anbefalinger.

⁵ Synspunktene uttrykt av ekspertgrupper representerer nødvendigvis ikke beslutningene eller den uttalte politikken til Verdens helseorganisasjon.



3 Fruktpuréer og smoothie i klemmeposer

Utvalget av fruktpuréer og smoothie på klemmepose som retter seg mot barn under tre år er betydelig, og det kommer stadig nye produkter på markedet. I den foreslåtte ernæringsprofilen som WHO har utarbeidet, tilhører disse produktene kategori 2.2. Tabellen nedenfor angir de foreslåtte standardene for næringsinnhold i denne gruppen, samt hvilke krav som kan stilles til merking. Forbrukerrådet har i denne gjennomgangen gjort et utvalg på 34 produkter.

Foreslått standard for næringsinnhold	Forslag til merkingskrav
Ikke tilsatt sukker eller søtstoffer	Totalt sukker: Flagg foran på pakken hvis sukker utgjør $\geq 30\%$ av totalt energiinnhold.
Energitetthet ≥ 60 kcal/100 g	Aldersbegrensning: ≥ 6 m og <12 m
Natrium <50 mg/100 kcal og <50 mg/100 g	Ingen påstander
Ingen industrielt produserte transfettsyrer	Tydelig produktnavn
$\leq 4,5$ g / 100 kcal totalt fett	Tydelig og klar ingrediensliste
	Ingredienslisten skal angi mengden tilsatt vann (%), total frukt (%), total korn (vekt %) av totalproduktet
	Tydelig merking om at barnet ikke må suge rett fra tuten



Eksempler på klemmeposer som inngår i utvalget

Produktnavn	Vekt (g)	Energi (kcal/100 g)	Karbohydrater (g/100 g)	Sukkerarter (g/100 g)	Energi fra sukker* (kcal)	Mengde sukker* (gram)	E% fra sukker
Ella's Kitchen							
den Lilla – smoothie	90	72	15,7	15,1	56	14	86 %
den Rosa – smoothie	90	58	12,4	11,5	45	10	85 %
den Grønne – smoothie	90	57	12,3	11,9	43	11	84 %
Blåbær + Eple + Banan	120	65	14,1	13,1	63	12	81 %
Banan + Coconut	120	147	19,9	18,1	87	22	49 %
Mango + Pære + Papaya	120	73	9,3	8,6	41	10	47 %
Bringebær + Eple + Bokhvete	120	49	9,3	7,2	35	9	60 %
HiPP							
Hippis – eple, banan, jordbær	100	54	11,9	10,9	44	11	81 %
Eldorado Lille Go							
Smoothie – Gresskar, gulrot & mango	90	54	12,0	7,1	26	6	53 %
Smoothie – Banan & jordbær	90	64	14,1	13,4	48	12	84 %
Smoothie – Fersken & mango	90	63	14,3	11,9	43	11	76 %
Smoothie – Banan, mango & søtpotet	90	85	18,7	10,5	38	9	49 %
Fruktgrøt – Pære, mango & pasjonsfrukt	90	79	17,1	6,9	25	6	35 %
Nestlé							
Junior 4 frukter 100% fruktsmoothie	110	78	17,5	13,2	58	15	68 %
100% fruktsmoothie – eple, pære	90	46	10,2	10,1	36	9	88 %
100% fruktsmoothie – eple, banan, jordbær	90	56	12,6	11,6	41	10	83 %
100% fruktsmoothie – eple, pære, bringebær, blåbær	90	51	11,0	10,1	36	9	79 %
100% fruktsmoothie – eple, mango	90	53	12,0	11,6	42	11	88 %
NaturNes – Baby's Organic. Pære	90	58	12,0	11,0	40	10	77 %
NaturNes – Baby's Organic. Gresskar, banan, gulrot	90	57	12,0	11,0	40	10	78 %
NaturNes – Baby's Organic. Grøt med eple, mango og fullkornshavre	110	58	12,0	6,0	26	7	41 %



Rema 1000 Lev Vel							
Smoothie med Jordbær & Bjørnebær	90	70	13,0	9,5	34	9	54 %
Smoothie med Kiwi & Mango	90	70	14,0	13,0	47	12	74 %
Smoothie med Skogsbær	90	67	14,0	13,0	47	12	78 %
Smoothie med Tropisk Frukt	90	95	17,0	14,0	50	13	59 %
Änglamark							
Klämmis Smoothie – eple, banan & mango	90	52	12,0	9,6	35	9	75 %
Klämmis Smoothie – 100% sviske	70	40	8,6	8,6	24	6	86 %
Klämmis Smoothie – pære, banan & jordbær	90	54	12,0	10,0	36	9	74 %
Grötis Smoothie – eple, fersken, banan & havre	120	84	18,0	10,0	48	12	48 %
Organix (Semper)							
Just Apple, Strawberry & Blueberry	100	50	11,0	10,0	40	10	80%
Just Mango, Pear & Oats	100	68	14,0	9,5	38	10	56%
Apple & Strawberry Yoghurt	100	71	10,0	8,0	32	8	45%
Semper							
Smoothie Sommer – eple og jordbær	90	55	13,0	12,0	43	11	87%
Smoothie Tropisk – eple og mango	90	57	13,0	12,0	43	11	84%
*) i posen							



3.1 Vurdering av næringsinnhold

Vi har valgt å se nærmere på tre aspekter ved den ernæringsmessige kvaliteten av fruktpuréene og smoothiene, henholdsvis 1) energitetthet, 2) andel kalorier som kommer fra sukker, og 3) mengde sukker totalt i produktene. Alle disse tre forholdene blir påvirket av produktenes sammensetning, det vil si hvilke ingredienser som er brukt og forholdet mellom dem. Energitetthet og andel kalorier fra sukker er det satt grenseverdier for av ekspertgruppen til WHO Euro sitt forslag til ernæringsprofil.

3.1.1 Energitetthet

Energitetthet vil si hvor mange kalorier det er i produktet per 100 gram. I ernæringsprofilen har man satt en grense som sier at denne typen produkter minst bør inneholde 60 kcal per 100 gram. Lavere energitetthet er ikke ønskelig da det kan bidra til at små mager fylles opp av mat som gir lite kalorier og næring, og slik fortrenge annen mer næringsrik mat. Dette kan skje for eksempel hvis puréene blir gitt som mellommåltid, som det ofte står på posen at de er godt egnet som, og hvis dette skjer tett opp til et hovedmåltid.

18 av 34 produkter i utvalget hadde lavere energitetthet enn det som er foreslått som grense (60 kcal pr 100 g).

Produktene med laveste kaloriinnhold er Klämmis Smoothie 100 % sviske fra Änglamark (40 kcal per 100 g), Nestlé 100 % fruktsmoothie - eple og pære (46 kcal per 100 g), og Ella's Kitchen Smoothie med bringebær, eple og bokhvete (49 kcal per 100 g). Åtte av ni smoothier fra Nestlé har lavere energiinnhold enn 60 kcal per 100 gram. Semper sine to smoothier er begge lave i energitetthet (55 og 57 kcal per 100g). Tilsetning av vann til en fruktpuré, vil redusere energitettheten, men dette er det kun et fåtall produkter som har.

Energitettheten øker når det brukes ingredienser med høyere energiinnhold per vektenhet. Ingredienser som er brukt for å endre næringsinnholdet og øke energitettheten er korn/mel (grøt), for eksempel ris eller havre, stivelsesrike grønnsaker, melk/yoghurt og kokosmelk. Mengdeforhold og sammensetning er avgjørende for sluttproduktets næringsinnhold. Enkelte produkter med en grøtandel har fortsatt lavt kaloriinnhold, eksempelvis Nestlé NaturNés Baby Organics grøt med eple, mango og fullkornshavre (58 kcal per 100 gram). Hvor lite eller mye grøt/korn produktet bør inneholde for å kunne bli kalt en grøt, er en annen diskusjon. Forbrukere har tidligere uttalt at de føler seg lurt av merkingen, når melmengden i produktet er så lav som den i noen tilfeller er⁶.

⁶ <https://www.tv2.no/a/11176182/>



3.1.2 Andel kalorier fra sukker

Et annet mål på den ernæringsmessige kvaliteten er hvor stor andel av energien i produktet som kommer fra sukkerarter. Helsedirektoratets offisielle anbefalinger for ernæring sier at inntaket av tilsatt sukker bør begrenses til å utgjøre maksimum 10 % av det totale energiinnholdet. Myndighetene har definert sukker som naturlig finnes i juice og konsentrater av frukt og bær, som tilsatt sukker. Sukkeret som finnes i fruktpuré, kan i likhet med fruktjuice og fruktkonsentrat, anses som fritt sukker på grunn av bearbeidingen som råvarene har gått gjennom og at cellestrukturen er ødelagt, som gir en endret fysiologisk respons.

Med en slik tilnærming, vil inntak av prosesserte produkter med høy andel av energiinnholdet fra sukker hos sped- og småbarn, gjøre det vanskeligere å ha et balansert kosthold i tråd med myndighetenes anbefalinger.

I WHO sin kartlegging der barnematmarkedet i flere land ble undersøkt, var gjennomsnittlig andel av totalt energiinnhold fra sukker i smoothier og fruktpuréer på over 70 %, hvilket samsvarer godt med vårt utvalg.

I produktutvalget er gjennomsnittlig andel av kalorier fra sukkerarter 70 %. Hyppig inntak av fruktpuréer og annen kommersiell barnemat med høyt innhold av frie sukkerarter, kan i likhet med saft og juice ha negativ innvirkning på munn- og tannhelse.

Hvis søte produkter spises ofte eller over lengre perioder, kan de utgjøre en trussel for de første tennene når de bryter ut. Hyppig eksponering for søt mat vil sannsynligvis også påvirke smakspreferansene hos barn etter hvert som de vokser og utvikler seg.

Som allerede omtalt, vil det å tilsette andre ingredienser i tillegg til most frukt og bær påvirke den ernæringsmessige kvaliteten. For eksempel vil korn og stivelsesrike grønnsaker gi mer stivelse og fiber. Kokosmelk vil primært bidra med mettett fett. Med denne typen ingredienser, som tilfører kalorier i form av stivelse og fett, vil andelen av energiinnholdet fra sukker i produktet gå ned.

WHO Euros ekspertgruppe har foreslått at fruktpuréer og smoothier som har lik eller høyere andel enn 30 % av kaloriene fra sukker, bør merkes med et flagg som forteller at produktet har høyt sukkerinnhold. I vårt utvalg betyr det at alle produktene ville fått et sânt flagg. Dette er omtalt i neste delkapittel, der vi ser på merking.



3.1.3 Total mengde sukker

Produktene varierer i sammensetning, og avhengig av hvilke frukter, bær og andre ingredienser som er brukt, vil mengden sukkerarter i produktet variere. Vekten på produktet påvirker også den totale mengden sukker barnet får i seg fra posen, som kan forstås som én porsjon. Grense for total mengde sukker er ikke satt i den foreslåtte ernæringsprofilen, men vi har likevel valgt å se på dette.

Gjennomsnittlig sukkerinnhold i produktene er 10,9 gram sukker (pr. 100 gram).

De fleste produktene (22 av 34) veier 90 gram, mens noen veier 100, 110 og enkelte opptil 120 gram. Produktet som gir mest sukker, er Ella's Kitchen Banan & Coconut (vekt 120 g), som inneholder hele 22 gram sukker i posen. Dette tilsvarer mengden sukker i et glass brus på 2 dl. Vi kan bruke en teskje til å se nærmere på sukkerinnholdet i disse produktene. 1 teskje sukker tilsvarer ca. 6 gram.

31 av 34 produkter gir barnet mer enn én teskje sukker (ca. 6 g)

9 av 34 produkter gir barnet mer enn to teskjeer sukker (ca. 12 gram)

Sett i lys av anbefalingene for maksimalt inntak av tilsatt sukker hos spedbarn, vil et barn på 6 måneder ofte få i seg hele mengden med sukker (frie sukkerarter) de maksimalt bør få i seg på en dag fra én enkelt klemmepose med fruktmos.



Produktnavn	Alders-anbefaling (mnd)	Økologisk	«100 % frukt»	«Uten tilsatt sukker»	«100 % økologisk»
Ella's Kitchen					
den Lilla – smoothie	6	X	X		
den Rosa – smoothie	6	X	X		
den Grønne – smoothie	6	X	X		
Blåbær + Eple + Banan	4	X			
Banan + Coconut	4	X			
Mango + Pære + Papaya	4	X			
Bringebær + Eple + Bokhvete	4	X			
HiPP					
Hippis – eple, banan, jordbær	6	X	X		
Eldorado Lille Go					
Smoothie – Gresskar, gulrot & mango	6	X			X
Smoothie – Banan & jordbær	6	X			X
Smoothie – Fersken & mango	6	X			X
Smoothie – Banan, mango & søtpotet	6	X			X
Fruktgrøt – Pære, mango & pasjonsfrukt	6	X			X
Nestlé					
Junior 4 frukter 100% fruktsmoothie	6		X		
100% fruktsmoothie – eple, pære	6		X		
100% fruktsmoothie – eple, banan, jordbær	6		X		
100% fruktsmoothie – eple, pære, bringebær, blåbær	6		X		
100% fruktsmoothie – eple, mango	6		X		
NaturNes – Baby's Organic. Pære	6	X			
NaturNes – Baby's Organic. Gresskar, banan, gulrot	6	X			
NaturNes – Baby's Organic. Grøt med	6	X			



eple, mango og fullkornshavre					
Rema 1000 Lev Vel					
Smoothie med Jordbær & Bjørnebær	6	X	X		
Smoothie med Kiwi & Mango	6	X	X		
Smoothie med Skogsbær	6	X	X		
Smoothie med Tropisk Frukt	6	X	X		
Änglamark					
Klämmis Smoothie – eple, banan & mango	6	X		X	
Klämmis Smoothie – 100% sviske	4	X		X	
Klämmis Smoothie – pære, banan & jordbær	6	X		X	
Grötis Smoothie – eple, fersken, banan & havre	6	X		X	
Organix (Semper)					
Just Apple, Strawberry & Blueberry	6	X			
Just Mango, Pear & Oats	6	X			
Apple & Strawberry Yoghurt	6	X			
Semper					
Smoothie Sommer – eple og jordbær	6		X		
Smoothie Tropisk – eple og mango	6		X		



3.2 Vurdering av merking og bruk av påstander

Utforming av emballasje og merking av matvarer har stor innvirkning på valgene vi tar i butikk. Emballasjen er produktets reklameplakat og det er ikke tilfeldig hvordan denne utformes. Selv om alle krav til merking er fulgt, kan produktene gjennom emballasjedesign og frivillig merking være egnet til å påvirke valg og endatil villedde forbrukeren. Regelverket sier at villedende merking ikke er tillatt. Mattilsynet har utviklet «Matmerking - Veiledning for god opplysningspraksis»⁷, men denne tar ikke spesielt for seg produkter som retter seg mot sped- eller småbarn.

Vi har gjennomgått merking og bruk av påstander på klemmeposene, og vurdert produktene i lys av de foreslåtte kravene til merking fra WHO Euros ekspertgruppe. Vi mener det er grunnlag for Mattilsynet til å slå ned på merkingen på flere av produktene, i henhold til matinformasjonsforordningen⁸ og forbudet mot villedning.

3.2.1 Villedende framstilling av produktene som frukt og bær

Felles for alle produktene er at de har sterke farger og en utpreget bruk av bilder eller tegninger av frukt, bær og grønnsaker som appellerer til små barn. Hipp, Nestlé og Eldorado Lille Go har brukt tegnede figurer og illustrasjoner med ansikter som ytterligere kan bidra til å fange oppmerksomheten til små barn.

Frukt, bær og grønnsaker i sin naturlige form er sunne, næringsrike matvarer vi generelt bør spise mer av. Små barn som skal begynne å spise fast føde, utvikler seg motorisk og sensorisk ved å se og ta på, og smake og lukte på, ulike typer frukt og bær. Når frukt og bær moses og blandes til glatt puré og gis rett fra posen, mister barna en del av de viktige sanseinntrykkene. Noen av produktene kan gjennom sin emballasjeutforming gi foreldre inntrykk av at klemmeposer med fruktpuré eller smoothie kan være fullverdige alternativer til fersk frukt og friske bær. WHO Euro sin ekspertgruppe mener bruken av påstander og bilder/illustrasjoner på disse produktene må reguleres, for ikke å villedde forbrukerne.

Nesten halvparten av produktene (15 av 34 stk.) er merket med «100 % frukt». Selv om dette teknisk sett er korrekt, kan merkingen bidra til misforståelsen at disse produktene kan erstatte naturlig frukt og bær. Også produktnavnet «Min frukt» som Nestlé bruker kan virke villedende. Helsedirektoratets råd er at mat på klemmeposer ikke ofte bør erstatte vanlig mat⁹.

7

https://www.mattilsynet.no/om_mattilsynet/gjeldende_regelverk/veiledere/matmerking_veiledning_om_god_opplysningspraksis.30404

⁸ <https://lovdata.no/dokument/LTI/forskrift/2014-11-28-1497>

⁹ <https://helsenorge.no/kosthold-og-ernaring/mat-for-barn/fast-fode-til-babyen>



3.2.2 Misvisende framstilling av ingredienser

Det er lett å tenke at det du ser på forsiden av produktet, er det du får. Dette er i mange tilfeller ikke riktig. Tydelige produktnavn og tydelig og klar angivelse av ingredienser er viktig for at forbruker skal forstå hva slags produkt man har foran seg. Det bør være godt samsvar mellom det som står på forsiden og informasjonen gitt på baksiden.

Nestlé bruker store bilder av frukt og bær på posene, som gir et misvisende inntrykk av hva slags frukt eller bær det er mest av i produktet. Eldorado har på Lille Go brukt både tegninger og listet opp ingredienser på forsiden som ikke stemmer godt med hva som finnes i produktet. For eksempel inneholder Lille Go Smoothie Gresskar, Gulrot & Mango mest eplepuré (31 %). Lille Go Smoothie Fersken & Mango inneholder i tillegg til fersken (36 %) og mango (5 %), også eple og banan, og er tilsatt juice eller konsentrat fra eple, pasjonsfrukt og appelsin. WHO Euro sin ekspertgruppe mener det ikke bør være tillatt å tilsette fruktjuice eller -konsentrat til barnemat som retter seg mot barn under tre år, da dette øker sukkerinntaket.

3.2.3 Påstander

Bruk av påstander er frivillig og brukes som markedsføring av produktet. For ernærings- og helsepåstander finnes det et eget regelverk som må følges, mens andre må vurderes ut fra god opplysningspraksis og fare for villedning.



En av de mest brukte ernæringspåstandene på mat og drikke i dag er «Uten tilsatt sukker», og dette til tross for at produktene ofte har betydelig innhold av sukkerarter og smaker søtt. I utvalget vårt er det kun Änglamark som bruker påstanden «Uten tilsatt sukker». Det er Mattilsynets oppgave å slå ned på bruken av påstander. Å bruke denne påstanden på produkter som har høyt innhold av sukkerarter, særlig når de retter seg mot en sårbar forbrukergruppe, bør ikke være tillatt.

Eldorado Lille Go merker sine produkter med «100 % økologisk», hvilket vi også mener er overflødig og ikke innenfor regelverket. Organix ønsker også å overbevise forbrukerne om at fruktpuré på klemmepose er et godt miljømessig valg, ved å framheve på forsiden at emballasjen er >70 % plantebasert.



3.2.4 Aldersanbefaling

WHO Euros ekspertgruppe mener fruktpuréer og smoothie på klemmepose ikke bør markedsføres til barn under 6 måneder, da dette kan påvirke amming og spedbarnas næringsinntak. De mener videre at produktene bør merkes med en øvre aldersanbefaling på 12 måneder. Dette er for å kommunisere til foreldre at denne typen produkter ikke bør erstatte vanlig mat og frukt og bær i sin naturlige form når barna har fylt ett år.

Ella's Kitchen har fire av sju produkter i utvalget vårt som er merket med «4mnd+». Änglamark sviskepuré er også merket med «fra 4 mnd». De resterende er merket på forsiden med en aldersanbefaling fra 6 måneder. Produsenter som har merket sine produkter som egnet for barn fra 4 måneders alder, bør endre dette til minimum 6 måneder. Myndighetene kan også anbefale dette, for å beskytte de yngste spedbarna mot produkter som ut fra deres alder og utvikling, ikke bør markedsføres mot dem.

3.2.5 Risiko knyttet til skrukorker og suging rett fra posen

De fleste klemmeposene er på baksiden merket med en eller annen form for advarsel knyttet til den risiko som klemmeposenes kork og tut medfører for små barn. WHO Euros ekspertgruppe mener denne advarselen må standardiseres og at forbrukere må få god og tydelig informasjon om at barn ikke bør suge innholdet rett ut av posen. Dette handler ikke kun om risiko for kvelning ved at barna får kork eller defekte tuter i munn og svelg, men også at barna fratas muligheten for motorisk utvikling og sanseintrykk som lukt og farge ved spising, som er svært viktig når de skal gå fra flytende til fast føde.



4 Fruktgummi og fruktsnører

Utvalget av fruktgummi, fruktsnører og andre søtsaker som retter seg mot barn under tre år er økende. I utvalget har vi inkludert åtte produkter, og vår oppfatning er at det stadig kommer nye tilsvarende produkter i hyllene. I den foreslåtte ernæringsprofilen som WHO Euros ekspertgruppe har utarbeidet, tilhører disse produktene kategori 4.1 som er under fingermat og snacks¹⁰. Tabellen nedenfor angir de foreslåtte standardene for næringsinnhold i denne gruppen, samt hvilke krav som kan stilles til merking.

Foreslått standard for næringsinnhold	Forslag til merkingskrav
Bør <u>ikke</u> markedsføres som egnet for spedbarn og små barn ≤ 36 måneder	Produkter som rettes mot eldre barn, merkes med «Ikke egnet for spedbarn og små barn under 36 måneder»

Denne produktgruppen består av høyt bearbeidede produkter med et høyt sukkerinnhold. Små barn har som tidligere nevnt, et høyt behov for næringsstoffer, samtidig er det totale matinntaket lavt fordi de har små mager. Godteri og søtsaker som primært tilfører sukker og lite næring, har lite å gjøre i små barns kosthold. Det påvirker smaksutvikling og små barns forhold til mat, som igjen kan få langvarig innvirkning på smakspreferanser. Sukkerinnholdet og gummikonsistensen kan føre til langvarig eksponering for sukker og syre på små tenner.

WHO Euros ekspertgruppe mener dette er produkter som ikke bør rettes mot barn under 36 måneder. Hvis produsentene ønsker å sende denne typen produkter på markedet, bør de merkes med «Ikke egnet for spedbarn og små barn under 36 måneder». Alle åtte produktene vi har i utvalget, er merket som egnet for barn fra 12 måneders alder.

¹⁰ 4.1 Confectionery, sweet spreads and fruit chews:

Fruit chews include any dried and processed fruit products such as fruit gums, bars or fruit strips/leathers/roll-ups (i.e. a dense chewy food made from fruit juice or pulped and dehydrated/dried fruit), including fruit pieces coated in sugar or oils/fats (such as banana chips, sweetened cranberries or yogurt raisins)



Som bildene viser, er produktene utformet med et barnerett design og flere påstander som skal gi foreldrene inntrykk av at dette er sunne produkter som hører naturlig hjemme i hverdagskostholdet. Påstander som «Hverdagskos», «100 % frukt», «Knasende god», «1 av 5 om dagen» og «et godt mellommåltid med frukt og fullkorn» har stort potensiale til å påvirke foreldrenes valg om å gi disse produktene til barna. Både Ella's Kitchen (www.ellaskitchen.no) og Kiddylicious (www.kiddylicious.no) har norske nettsider hvor informasjon om mat, ernæring og barns utvikling blandes med markedsføring av produktene.

Gjennom produktnavn, påstander, illustrasjoner og bilder mener vi disse produktenes utforming og merking er egnet til å villedde forbrukerne. Fordi fullkorn og naturlig frukt og bær er sunn mat, kan foreldre bli lurt til å tro at dette er sunne produkter som hører hjemme i små barns daglige kosthold.



Bringebær Crispy Fruktfisk



Merking

- Produsent: Kiddylicious
www.kiddylicious.no
- Vekt: 12 g
- Passer fra 12 måneder+ til voksne

Påstander på forsiden:

- 1 av 5 om dagen
- Knasende god
- Hverdagskos
- Helt naturlig
- Laget av frukt og rispuffer

Baksiden:

- Bær, frukt og crispy rispuffer formet til gøyale små fisk
- Inneholder kun naturlig sukker fra frukt og bær
- Visste du at...dette er en passelig porsjon for små mager som trenger påfyll mellom måltidene
- Spesielt utviklet for barn fra 12 måneder+
- Hold alltid et øye med små barn når de spiser Fruktfisk

Jordbær Fruktsnøre



Merking

- Produsent: Kiddylicious
www.kiddylicious.no
- Vekt: 12 g
- Passer fra 12 måneder+

Påstander på forsiden:

- 1 av 5 om dagen
- Ikke tilsatt sukker
- Glutenfri
- Helt naturlig
- Fruktsnøre med eple, jordbær og konsentrert eplepuré

Baksiden:

- 100 % rene smaker
- Ingen tilsatte konserveringsmidler
- Ingen kunstige smakstilsetninger
- Ikke tilsatt sukker eller salt
- Ikke nøtter, frø eller egg
- Spesielt utviklet for barn fra 12 måneder+
- Holde alltid et øye med små barn når de spiser

Jordbær & Banan Smoothie Biter



Merking

- Produsent: Kiddylicious
www.kiddylicious.no
- Vekt: 6 g
- Passer fra 12 måneder+ til voksne

Påstander på forsiden:

- 100 % frukt
- Helsprø fruktbitar
- Smakfull fruktsnacks

Baksiden:

- Jordbær- og bananpuré frysetørret til SmoothieBiter som smelter i munnen
- Fantastisk smak er målet vårt for alle produkter vi lager
- Passer ikke for... barn under 12 måneder
- Hold alltid et øye med små barn når de spiser SmoothieBiter

Mini Coconut Rolls



Merking

- Produsent: Kiddylicious
www.kiddylicious.no
- Vekt: 6,8 g
- Passer fra 12 måneder+ til voksne

Påstander på forsiden (oversatt fra engelsk):

- Laget av fersk kokosmelk
- Melkefri
- Gluten- og nøttestfri
- Ovnsbakt for en crispy tekstur
- Oppmuntrer til selv-spising
- 4 deilige ruller

Baksiden (oversatt fra engelsk):

- Egnet for ...
- Allergiråd...
- Hold alltid et øye med små barn når de spiser CoconutRolls

Raspberry & Apple Fruities Organix goodies

Merking



- Produsent: Semper
- Vekt: 12 g
- Passer fra 12 måneder+

Påstander på forsiden:

- Organix (økologisk)

Baksiden:

- Økologisk fruktgelébiter med eple og bringebær
- Sikkerhetsinformasjon: Passer ikke for barn under 12 måneder. Se til at barnet sitter og overvåkes når det spiser for å minske risiko for kvelning

Junior Fruktstang – drue, havre, eple

Merking



- Produsent: Nestlé
- Vekt: 25 g
- Fra 1 år

Påstander på forsiden:

- Med frukt og fullkorn
- Jern
- Kalsium

Baksiden:

- Nestlé Junior Fruktstang er et godt mellommåltid med frukt og fullkorn.
- Fruktstangen er spesielt tilpasset for barn over 1 år

Junior Fruktstang – havre, blåbær, solbær Merking



- Produsent: Nestlé
- Vekt: 25 g
- Fra 1 år

Påstander på forsiden:

- Frukt og fullkornshavre

Baksiden:

- Nestlé Junior Fruktstang er et godt mellommåltid med frukt og fullkorn.
- Fruktstangen er spesielt tilpasset for barn over 1 år

Fruit + Oat Bar

Merking



- Produsent: Ella's Kitchen
- Vekt: 25 g
- Fra 12 mnd

Påstander på forsiden:

- Organic (økologisk)
- No palm oil
- 12m+ (Ikke egnet for barn under 12 måneder)

5 Forbrukerrådets anbefalinger

Det er et delt ansvar mellom flere aktører at de aller yngste barna får den beste starten på livet når det gjelder mat og ernæring. Foreldre har naturlig et grunnleggende ansvar for å gi barna god ernæring og næringsrik mat og drikke, men foreldres muligheter for å ivareta dette ansvaret er påvirket av politiske, sosiale og økonomiske faktorer. Foreldre og omsorgspersoners valg påvirkes av hva slags produkter som er tilgjengelig, pris og markedsføring.

De miljømessige faktorene for å fremme sunt og variert kosthold i befolkningen, er det bred enighet om at spiller en avgjørende rolle for de individuelle valgene som den enkelte tar. Matmarkedet og hvordan dette framstår overfor forbrukerne, er det i stor grad produsenter, dagligvarekjeder og politiske myndigheter som råder over.

5.1 Produktutvikling, reformulering og redelig merking

Det er liten tvil om at produsenter kan og må ta et stort ansvar når det gjelder å beskytte sårbare sped- og småbarn mot markedsføring av produkter som ikke gagnar dem. Også WHO Euros ekspertgruppe har utarbeidet en liste med tiltak som produsenter kan iverksette helt på egen hånd. Dette handler om reformulering og merking, og til hvilken aldersgruppe produktene markedsføres mot. Enkelte produkter, særlig de med høyt innhold av sukkerarter, bør ikke rettes mot barn under tre år. Produsenter bør i produktutvikling orientere seg etter den foreslåtte ernæringsprofilen som WHO Euros ekspertgruppe har laget, og sørge for en ernæringsmessig bedre sammensetning av produktene. Matindustriens bruk av bearbeidet eller konsentrert puré av frukt og bær bør begrenses, både som eget selvstendig produkt og som ingrediens.

5.2 Myndighetenes nasjonale og internasjonale forpliktelser

Norske myndigheter har i ernæringspolitisk sammenheng vist stort engasjement for barns kosthold og ernærings situasjon. Fagmyndigheter har brukt betydelige ressurser inn i Verdens helseorganisasjons arbeid når det gjelder amming, sped- og småbarns ernæring og markedsføring av usunn mat og drikke mot barn og unge.

Allerede i 2010 vedtok medlemslandene i Verdens helseorganisasjon (WHO) på verdens helseforsamling (WHA 63) en resolusjon som oppfordret medlemslandene til å sette en stopper for upassende promotering av mat til spedbarn og små barn. I 2012 ble WHO bedt om å utvikle en veiledning og å gjøre nødvendige avklaringer for å hjelpe medlemslandene å iverksette nasjonale tiltak. Veilederen *“Guidance on ending the inappropriate promotion of foods for infants and young children”* kom i 2016.



På verdens helseforsamling i 2016 (WHA 69) ble det også vedtatt en resolusjon (WHA 69.9) som oppfordret medlemsstatene til «å treffe alle nødvendige tiltak av hensyn til folkehelsen for å få slutt på upassende promotering av mat til spedbarn og små barn, med særskilt henblikk på implementering av WHO's anbefalinger, mens man tar hensyn til eksisterende lovgivning og politikk på området, som så vel internasjonale forpliktelser». Resolusjonen oppfordrer til å lage nasjonale systemer for å overvåke markedet og for å evaluere implementeringen av anbefalingene i veilederen. Den har et eget punkt som handler om å fremme politiske, sosiale og økonomiske miljøer som gjør det mulig for foreldre og omsorgspersoner å ta informerte beslutninger om mat og ernæring til spedbarn og små barn.

Norge var med å vedta resolusjon WHA 69.9 og WHO's veiledning, og har i prosessen også gitt innspill til WHO Euro sitt arbeid. Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017 – 2021) har et eget vedlegg om internasjonale føringer og forpliktelser. Vedlegget omtaler noen av de mest sentrale dokumentene som Norge har forpliktet seg til å følge opp, og som derfor påvirker det norske kostholdsarbeidet, og det inkluderer den aktuelle resolusjonen og tilhørende veiledning (punkt 1.8.).

Handlingsplan for bedre kosthold (2017 – 2021) har også et oppfølgingspunkt på dette området. Regjeringen har forpliktet seg til å vurdere å igangsette arbeid for å følge opp WHO's retningslinjer om markedsføring av produkter beregnet på barn opp til tre års alder (kapittel 2.5.). Ifølge handlingsplanen vil regjeringen vurdere å ta dette arbeidet inn i samarbeidet med matvarebransjen, men også i samarbeid med forbrukerorganisasjoner. Forbrukerrådet kan ikke se at myndighetene har fulgt opp disse forpliktelsene, og etterlyser nå handling.

6 Konklusjon

Forbrukerrådet mener overvåking og oppfølging av barnematmarkedet er et forsømt område i norsk ernæringsarbeid. Myndighetene har et klart ansvar for å følge opp egne forpliktelser. Forbrukerrådet deltar gjerne i videre dialog med myndigheter, matbransje og relevante ekspertorganer, fagpersoner og organisasjoner for å sikre at spedbarns og småbarns forbrukerrettigheter, ernæringsssituasjon og helse i møte med et kommersielt barnematmarked blir bedre ivaretatt.



7 Referanser

Helsedirektoratet. Nasjonal faglig retningslinje for spedbarnsernæring. Sist faglig oppdatert 2017.

WHO. 2016. Guidance on ending the inappropriate promotion of foods for infants and young children.

WHO Euro. 2019. Ending inappropriate promotion of commercially available complementary foods for infants and young children between 6 and 36 months in Europe. A discussion paper outlining the first steps in developing a nutrient profile model to drive changes to product composition and labelling and promotion practices in the WHO European Region

WHO Euro. 2019. Commercial foods for infants and young children in the WHO European Region. A study of the availability, composition and marketing of baby foods in four European countries.

Public Health England. Swan GE, Powell NA, Knowles BL et al. (2018) A definition of free sugars for the UK. Public Health Nutr. 21(9):1636-1638.

