

April, 2025

VET VI HVA DE MINSTE SPISER?

Markedets etterlevelse av WHO's krav til næringsinnhold og promotering av spedbarn- og småbarnsmat.



Innhold

Sammendrag	3
Baggrunn	4
Retningslinjer og lovregulering av baby- og barnemat	5
Utdaterte retningslinjer og lovgivning i Europa	5
Tidligere undersøkelser og tester gjort av Forbrukerrådet	6
Tilsatt sukker, fritt sukker og "hvorav sukker"	7
Ingredienser som søter	8
Fruktpureer	8
Nedbrutt hvetemel	8
Om denne undersøkelsen	9
Formålet med denne undersøkelse	9
Metode	10
WHO-modell for næringsinnhold og promotering	10
Næringsinnhold	10
Promotering	11
Analyser av sukkerinnhold	13
Det norske markedet	14
Oppsummering av mangler i sammensetning i 43 vurderte produkt	15
Oppsummering av upassende markedsføring blant 43 vurderte produkter	17
Sukkerinnhold i fem pulvergrøte	20
Beskrivelse av produktene	20
Labresultater	20
Noen betraktninger i et nordisk perspektiv	22
Hvem kan gjøre hva	23
Industrien	24
Politikerne og helsemyndighetene	25
Forbruker	27
Referanser	28
Vedlegg 29	

Sammendrag

Forbrukerrådet har flere ganger pekt på det høye sukkerinnholdet i spedbarns- og småbarnsmat. For å gjøre en ny vurdering av produktene på dagens marked, har vi i denne rapporten anvendt en modell laget av Verdens helseorganisasjons europakontor. Vi har sett på sammensetningen, altså næringsinnholdet og enkelte ingredienser, samt på promoteringen - det vil si markedsføring på forpakningene, i form av produktnavn, selgende ord og uttrykk, påstander ol.

Vi fant at av de 43 produktene, var det 20 produkter som fikk ikke godkjent på minst ett ernærings- eller ingredienskrav. Hele 38 av produktene hadde upassende påstander, eller produktnavn som ikke reflekterte innholdet korrekt.

Videre sendte vi inn fem pulvergrøter fra Nestlé (3) og Änglamark (2) for analyse av sukkerinnhold. Analysene viste at alle grøtene hadde rett mengde sukkerarter deklart på forpakningene. Nestlé sine produkter inneholdt imidlertid mer maltose (maltsukker) enn Änglamark sine produkter, noe som mest sannsynlig kommer fra ingrediensen «nedbrutt hvetemel». Forbrukerrådet mener at merkingen «Uten tilsatt sukker» ikke bør være tillatt på disse produktene, og bør vurderes av ansvarlige tilsyn.

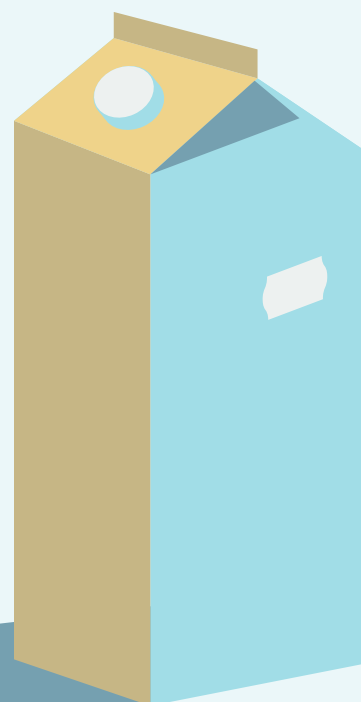
Forbrukerrådet håper at denne rapporten kan være et nyttig bidrag til myndighetenes arbeid med å revidere retningslinjene for spedbarns- og småbarnskost. Videre oppfordrer vi til en vurdering av å utvide forskriften for merking med «Uten tilsatt sukker», slik at den også omfatter sukker tilsatt gjennom ingredienser som «nedbrutt hvetemel».

Bakgrunn

Det stilles strenge krav til matvarer for spedbarn og småbarn, da disse livsfasene er avgjørende for utvikling av sunne levevaner og god helse senere i livet. Forbrukere er i stor grad avhengige av at matprodusentene tar ansvarlige valg og utvikler produkter med en nærings sammensetning som fremmer best mulig helse for de aller minste. Likevel viser flere undersøkelser av det europeiske markedet og enkelte land i Europa at mange produkter for spedbarn og småbarn har en mindre gunstig sammensetning (1)(2). I tillegg preges markedsføringen ofte av selgende ord og uttrykk, samt helsepåstander som ikke alltid er i tråd med Verdens helseorganisasjon (WHO) sine anbefalinger.

Denne rapporten inngår i Forbrukerrådets rapportserie «Vet vi hva vi spiser?» basert på en kampanje som ble startet i 2012. I disse rapportene har vi hatt fokus på:

- merking som forvirrer, for eksempel produktnavn som ikke reflekterer ingredienslisten
- selgende ord og uttrykk, slik som «ekte», «hjemmelaget» og «naturlig»
- sunnvasking¹



Retningslinjer og lovregulering av baby- og barnemat

Utdaterte retningslinjer og lovgivning i Europa

I WHO Europa-regionen (som består av 53 land, inkludert Norge) sørger retningslinjer fra Codex Alimentarius og EU-direktiver for at mat til spedbarn og småbarn er trygge og følger spesifikke minimums- og maksimumsgrenser for næringsinnhold. Dessverre er det fortsatt mange utfordringer med mat som skal spises av de aller minste (3):

- Høyt sukkerinnhold og søt smak
 - Et høyt fruktinnhold, som leder til et høyt sukkerinnhold, ofte i form av pureer. Pureer produseres slik at mer sukker som ellers finnes i fruktens cellevegger frigjøres, og blir til fritt sukker.
- Merkingen «Ikke tilsatt sukker», til tross for at en høy del av matens energi kommer fra sukker (via frukt)
- Mat selges med en lav aldersanbefaling på fire måneder. WHO mener denne bør være satt til minst seks måneder, da de oppfordrer til fullamming i seks måneder. Det gjør også norske helsemyndigheter.
- Markedsføring av most mat også til de over 12 måneder, til tross for at:
 - Barna kan og bør spise mat med mer tekstur for å få trent sine motoriske ferdigheter.
 - Kontinuerlig inntak av pureer med mye fritt sukker er bekymringsfullt for tannhelsen og utviklingen av preferanse for søt smak.
- Bruk av villedende produktnavn som fremhever enkelte ingredienser uten at det er mest av disse i produktet.
- Utstrakt bruk av selgende ord og uttrykk med påstander om helse eller ernæring, eller andre promoterende beskjeder, slik som
 - «Ikke tilsatt sukker»,
 - «100% naturlig»,
 - «Ernæringsmessig balansert».

Disse utfordringene er ikke dekket av overnevnte retningslinjer og direktiver. For eksempel er EUs merkekrav korte og utdaterte for nye typer forpakninger, slik som klemmeposer, og regulerer heller ikke overtalende markedsføring og påstander om helseeffekter.

I 2016 vedtok Verdens helseforsamling (WHA) at WHO skulle lage retningslinjer for å få slutt på bruken av upassende promotering av spedbarns- og småbarnsmat. Retningslinjene skulle forsvare amming, forhindre fedme og kroniske sykdommer, fremme sunt kosthold og sørge for at omsorgspersoner får klar og korrekt informasjon om mat til spedbarn og småbarn.

En gjennomgang i 2019 av eksisterende retningslinjer og lovgivning konkluderte med at lovgivningen var utilstrekkelig og ikke reflekterte dagens marked (4). Det er behov for oppdaterte reguleringer og lovgivning for innhold i, og markedsføring og merking av produktene slik at disse støtter opp om god folkehelse.

Tidligere undersøkelser og tester gjort av Forbrukerrådet

Forbrukerrådet skrev i 2020 en rapport om ernæringsmessig kvalitet og merkingen av 34 klemmeposer med frukt- og bærmos og åtte typer fruktgummi beregnet for barn under tre år (5). Hovedfunnene var at:

- Over halvparten av klemmeposene med fruktpuré hadde et lavere innhold av energi enn anbefalt, og i snitt kom 70 prosent av energien fra sukker.
- Gjennomsnittlig sukkerinnhold i produktene var 11 gram per 100 gram.
 - 31 av 34 produkter ga barnet mer enn én teskje sukker (tilsvarende 6 gram).
 - 9 av 34 produkter ga barnet mer enn to teskjeer sukker (tilsvarende 12 gram).
- Fruktgummi med høyt innhold av sukker ble markedsført som sunne produkter til små barn fra 12 måneders alder

I 2024 gjennomførte Forbrukerrådet en deklarasjons- og merketest av yoghurter til spedbarn (6). Her ble det pekt på:

- Lav aldersanbefaling som ikke samsvarte med myndighetenes anbefaling om å vente med kumelk frem til 10 måneders alder.
- Svært høyt innhold av fruktpureer.
- Blanding av flere frukter, som medfører at barnet ikke blir kjent med smaken av hver enkel frukt.
- Ingen maksimal aldersanbefaling, med den konsekvens at barn som selv kan tygge venner seg til most mat.
- Bruken av klemmeposer, som kan hemme motorisk utvikling.

Som følge av denne deklarasjonstesten ble det sendt inn en bekymringsmelding til Mattilsynet i mai 2024.

Tilsatt sukker, fritt sukker og "hvorav sukker"

Mange produkter til de aller minste er merket med «Uten tilsatt sukker» eller liknende informasjon. Etter vår mening gir dette inntrykk av at produktene inneholder mindre sukker enn tilsvarende produkter uten merkingen. Forbrukerrådet ønsker derfor å rette søkelyset mot produksjonsprosesser som benyttes i industrien, som fører til at det faktisk tilsettes sukker, uten at dette faller under definisjonen «uten tilsatt sukker»

Tilsatt sukker Tilsatt sukker er raffinert sukker som tilsettes mat og drikke (7).

Fritt sukker Frie sukkerarter defineres som monosakkarider (som glukose eller fruktose) og disakkarider (som sukrose eller strøsukker) som tilsettes, i tillegg til sukker som naturlig finnes i honning, sirup, fruktjuice og fruktkonsentrater (10).

I tillegg finnes det sukker naturlig i intakt melk, frukt og grønnsaker. Dette er ikke fritt sukker, men regnes inn i det totale sukkerinnholdet.

"Hvorav sukker" Produkter skal ha informasjon om «hvorav sukker» i tillegg til karbohydratinnholdet på forpakningen. «hvorav sukker» Er det totale innholdet av sukker i en matvare.

I de nye nordiske anbefalingene står det (8):

Avoid foods and beverages with added and free sugars for children below two years. (Oversatt til norsk: Unngå mat og drikke med tilsatt og fritt sukker til barn under to år)

Nasjonal faglig retningslinje for spedbarnsernæring er per februar/mars 2025 under revidering, for oppdatering i henhold til de nordiske anbefalingene (9). Hvordan det nordiske rådet om sukker skal forstås og praktiseres i en norsk setting vil avhenge av hvordan man forstår «tilsatt sukker» og hva som inkluderes i definisjonen av «fritt sukker». Dessuten vil det ha mye å si om forbruker kan orientere seg i butikken, ved å se på merkingen slik den er i dag på matvarer. I de nordiske anbefalingene viser man til sukkerdefinisjonen som ble laget av EFSA (7). Her består den totale sukkermengden i mat av to deler;

- Sukker som finnes naturlig i melk, frukt og grønnsaker
- Fritt sukker som finnes naturlig i honning, sirup, frukt- og grønnsaksjuicer og fruktjuicekonsentrater, og raffinert sukker (tilsatt sukker)

Definisjonen for fritt sukker er blitt kritisert for ikke å inkludere fruktpureer, som brukes i mange produkter. Industriens behandling av frukten gjør at sukkeret løsner fra veggen i plantecellene og får tilsvarende helseeffekter som fritt sukker. At de ikke er inkludert i EFSA sin definisjon kan skyldes at det er gjort mindre forskning på fruktpureer sammenliknet med fruktjuicer. Til tross for dette er det nærliggende å tro at det vites nok om hvordan industrielle prosesser påvirker hvorvidt sukkeret i plantecellenes vegg frigjøres.

Fra Forskrift om ernærings- og helsepåstander om næringsmidler:

Uten tilsatt sukker

En påstand om at et næringsmiddel ikke er tilsatt sukker, og enhver annen påstand som kan antas å ha samme betydning for forbrukeren, kan bare framsettes dersom produktet ikke er tilsatt monosakkarider eller disakkarider eller andre næringsmidler på grunn av deres søtende egenskaper. Dersom sukkeret forekommer naturlig i næringsmiddelet, bør også følgende angivelse finnes på etiketten: «MED ET NATURLIG INNHOLD AV SUKKER».

Ingredienser som søter

Frigjorte sukkerarter er de som frigjøres fra plantecellevegger under prosessering, for eksempel ved varmebehandling, maserasjon² eller purering (3). Disse sukkerartene har samme effekt som fritt sukker når det gjelder å gi mat en søt smak og påvirker hvor raskt sukker absorberes i blodet.

Fruktpureer

Fruktpureer inneholder frigjorte sukkerarter. Å gi fruktpuré alene, eller bruke den som ingrediens i andre matvarer, kan derfor gjøre maten svært søt og føre til en rask blodsukkerstigning (3).

Nedbrutt hvetemel

Nestlé tilsetter nedbrutt hvetemel i flere av sine produkter. Bruken av dette er omdiskutert, hvor flere påpeker at nedbrytingen fører til at hvetemelet blir til maltose (disakkarid, som er satt sammen av to glukoseenheter). I media har Nestlé uttrykt at hvetemelet behandles slik for å gjøre grøten lett å lage og at det dannes færre klumper (11). De motsier at bruken av nedbrutt hvetemel gjøres for å gjøre grøten søtere.



Om denne undersøkelsen

Formålet med denne undersøkelsen

Forbrukerrådet ønsket å få en oversikt over produktene på det norske barnematmarkedet ved å se nærmere på innholdet og markedsføringen. Hensikten er først og fremst å bidra med informasjon til helsemyndighetene og tilsyn.

Metode

WHO-modell for næringsinnhold og promotering

Verdens helseorganisasjon (WHO) har utarbeidet en modell for næringsinnhold og promotering (markedsføring og merking), Nutrient and promotion profile model (NPPM) for å hjelpe medlemsland, industrien og beslutningstakere med å vurdere om barnematprodukter er egnet som dette (12). FIYC-produkter (Foods for Infants and Young Children) omfatter mat- og drikkevarer som er spesielt utviklet for spedbarn og småbarn i alderen 6 måneder til 3 år. Modellen gir retningslinjer for både næringsinnhold og promotering. Den brukes til å vurdere produkter, fremme bedre sammensetning og danne grunnlag for politiske eller lovmessige tiltak som støtter sunn ernæring og utvikling hos barn i denne aldersgruppen.

Næringsinnhold

Basert på tidligere undersøkelser, også fra det norske markedet, kom man i videreutviklingen av modellen fram til at sukker var et ekstra viktig punkt. Derfor er det satt terskelverdier for fritt sukker i enkelte kategorier, hvor man anbefaler en merking foran på pakken som sier noe om at produktet inneholder mye sukker.

- > 30 % energi fra sukker i frukt- eller grønnsakspureer, desserter og tørket frukt.
- > 40 % energi fra sukker i meieriprodukter.

For å unngå at en stor andel fruktbaserte produkter utelukkes fra markedet, har modellen ikke fullstendig forbudt bruk av fruktpuré som en kilde til frie sukkerarter i modellen. I stedet vurderes det hvorvidt tilsetning av fruktpuré er hensiktsmessighet som ingrediens i ulike produktkategorier. For øvrige produkter er bruken regulert i henhold til fastsatte nivåer. Videre er det foreslått innført en advarsel foran på pakken for produkter med høyt sukkerinnhold som følge av store mengder fruktpuré. Dette sikrer at forbrukerne blir oppmerksomme på hvilke fruktprodukter som inneholder høye nivåer av naturlig forekommende sukkerarter.

Modellen stiller flere krav til næringsinnhold og bruk av ingredienser (se tabell 1).

Tabell 1

Krav til næringsinnhold og ingredienser ifølge Verdenshelseorganisasjons modell for næringsinnhold og promoteringsprofil modell (NPPM)(13)

Ikke tillat ifølge modellen	Begrenset	Maksimumsstandarder	Minimumsstandarder
Fritt sukker/ søtning	Fruktinnhold i måltider, tørre kornvarer og melkeprodukter	Energi per porsjon snacks (50 kcal / porsjon)	Proteininnholdet i måltider
Godteri		Energi fra sukker i salte måltider og snacks (15%)	Energitetthet (for å unngå pureer med mye vann)
Industrielt produsert transfettsyrer		Natrium	
		Fett	

Promotering

Med promotering menes det her markedsføring og merking. NPPM stiller noen krav til promotering (13):

- Minimumsalder for alle produkter skal være seks måneder.
- Maksimumsalder for pureer skal være 12 måneder.
- Det er ønskelig med en «front of pack»(FOP)-merke for høyt innhold av sukker, dersom sukker bidrar med mer enn 30% energi i frukt eller grønnsakspureer, desserter eller tørket frukt; eller mer enn 40% energi fra sukker i melkeprodukter.
- Produktnavnet bør være klart og tydelig, og oppgi ingredienser som det er brukt mest av og ikke skjule at det er søt smak eller et høyt fruktinnhold.
- Ingredienslisten bør oppgi andeler i prosent for vann og buljong fruktinnhold og tradisjonelle proteinkilder (slik som for eksempel kylling).
- Dersom produktet har en tut, slik som på klemmeposer, bør det stå at det ikke anbefales å drikke rett fra tuten.
- Modellen ønsker et forbud mot påstander om sammensetning og helse, samt selgende ord og uttrykk.
- Det er ønskelig at det står noe om viktigheten av å fortsette å amme på produktet.

Noen av de selgende påstandene som **ikke** bør brukes ifølge modellen er:

- «Ikke tilsatt sukker/salt osv».
- «Bidrar til en av fem om dagen».
- «Balansert måltid».
- «Perfekt som et måltid når man er på farten».
- «Perfekt for små hender».
- Ulike påstander som handler om at merket støtter ideelle organisasjoner.

DETTE BLE GJORT

- ✔ Forbrukerrådet har brukt et nettbasert verktøy laget av Verdens helseorganisasjon og forskere fra Universitetet i Leeds, hvor informasjon om produkter i spedbarns- og småbarnssegmentet plottes inn og deretter lastes opp for vurdering (13).
- ✔ Vi samlet inn 47 produkter som selges som mat til spedbarn (de under 12 måneder) og småbarn (12-36 måneder).
- ✔ Produktene ble funnet i hyllene med barnemat hos Coop Extra, Kiwi og Rema 1000 i Oslo i februar 2025.
- ✔ Produkter som ikke hadde en anbefalt aldersgrense under 3 år og produkter som morsmelkerstatning, vitaminer og mineraler, ble ikke inkludert.
- ✔ Vi siktet mot minst fem produkter i hver kategori (jf. metodene i WHO NPPM-evalueringsguiden³). I enkelte kategorier var det imidlertid vanskelig å finne så mange som fem forskjellige produkter, i andre var det svært mange produkter. Derfor inkluderte vi flere enn fem i kategorier med mange produkter.
- ✔ Vi valgte produkter fra merker som har en stor andel av markedet.
- ✔ Spesialprodukter (allergimat), som melkefritt eller liknende ble ikke inkludert.

Analysér av sukkerinnhold

Fem produkter ble sendt til analyse av sukkerinnhold hos Eurofins Food & Feed Testing Norway AS for sammenlikning med deklarerert mengde «hvorav sukker». Mengden fruktose, glukose, laktose, maltose, sukrose og galaktose ble målt.

Produktene som ble analysert var:

Nestlé Min Grøt Mild
– Fra 6 måneder



Nestlé Min Grøt med pære og banan
– Fra 6 måneder



Nestlé Min Fullkornsgrøt med Havre og Rug Godnatt
– Fra 1-3 år



Änglamark Wholegrain porridge Apple & Pear
– Fra 6 måneder



Änglamark Wholegrain porridge Banana & Raspberry
– Fra 8 måneder



Grøtene ble analysert i pulverform, og etter tilberedning som beskrevet på pakken. Dette ble gjort med parallellprøvetaking (tre paralleller).



Det norske markedet

Oppsummering av mangler i sammensetning i 43 vurderte produkter

For detaljer se tabell i vedlegg II.

Energitetthet:	De fleste produktene inneholdt nok kalorier, bortsett fra seks av fruktproduktene (kategori 3.1), som inneholdt for lite. Kravet ligger på 60 kcal /100 gram.
Porsjonsstørrelse:	Energiinnholdet i en porsjonsstørrelse ble vurdert for åtte snacksprodukter. Dersom energiinnholdet er over 50 kcal for en porsjon, får produktet ikke godkjent. Seks av åtte produkter hadde et for høyt energiinnhold per porsjon ⁴ .
Natrium:	Kun ett produkt inneholdt for mye natrium, dette var et snacksprodukt. I utgangspunktet var det 43 produkter som ble vurdert på dette punktet. Produkter får godkjent om de inneholder under 50 mg/100kcal og under 100mg/kcal dersom de har et produktnavn hvor ost er nevnt.
Totalt sukkerinnhold:	Dette punktet blir vurdert for kategoriene salte måltider og snacks (21 produkter). Av disse var det ett måltid og to fruktprodukter i snackskategorien som inneholdt for mye sukker, det vil si over 15 energiprosent fra sukker.
Fritt sukker:	Innholdet av fritt sukker ble vurdert for alle produktene (bortsett fra godteri, som vurderes ut av modellen). Av disse inneholdt enkelte av produktene i fruktproduktkategorien og i snackskategorien fritt sukker (her definert som fruktose, glukose, dekstrose, honning, sirup, fruktjuice eller fruktjuicepulver). Dette gjaldt for 7 av de 43 produktene.



Protein:	Produktene tilfredsstilte kravene for proteininnhold ⁵ .
Fett:	De fleste produktene hadde et ok innhold av fett. Ett snacksprodukt ble vurdert til å inneholde for mye.
Innhold av frukt:	Alle produktene ble vurdert til godkjent på innhold av frukt, bortsett fra én grøt som inneholdt for mye tørket frukt. Kornprodukter med fruktinnhold over 10 prosent av tørrvekt får ikke godkjent. For salte måltider får produkter med 5 prosent frukt (maksimalt 2 prosent tørket frukt) ikke godkjent.
Produkter som ikke bør selges ifølge NPPM:	Smaksatte eller søte drikker, og søt snacks bør ikke selges til spedbarn og småbarn. Vi fant ingen drikker, men vi fant søt snacks, i form av barer og «fruktgummi»

TOTALT SETT

Av de 47 produktene som ble vurdert, var det fire som falt inn i godterikategorien. Disse ble ikke videre vurdert, da de ifølge metoden ikke bør selges. Av de resterende 43 produktene, var det 20 produkter som fikk **ikke godkjent** på minst ett ernærings- eller ingredienskrav.



Produkteksempel:

Ella's kitchen – den grønne fruktsmoothie

- Dette produktet har et lavere innhold av kalorier enn anbefalt. På grunn av høyt sukkerinnhold anbefaler WHO at produktet merkes med dette foran på pakken. Det er også tilsatt sukker ved at produktet inneholder druesaft.
- Da dette er en fruktmos, burde det også være merket med en øvre aldersgrense, noe det ikke er.
- Produktnavnet sier lite om hva innholdet er.

Oppsummering av upassende markedsføring blant 43 vurderte produkter

For detaljer se tabell i vedlegg III.

Lavere aldersanbefaling enn 6 måneder:	Fire av produktene vi vurderte hadde en aldersanbefaling fra 4 måneder.
Pureer markedsført som passende for barn over 12 måneder, eller med manglende maksimumsalder:	Av tretti fleste produkter hadde kun tre av dem en maksimumsanbefaling. Disse var imidlertid satt for høyt, og ble derfor ikke godkjent av modellen. Til tider var det for øvrig vanskelig å vurdere hvor most maten var.
Behov for en merking foran på pakken om et høyt sukkerinnhold:	22 produkter ble vurdert for dette. Av disse burde 12 produkter hatt en slik merking ifølge modellen. Elleve av disse var i kategorien for fruktprodukter (kategori 3.1).
Upassende sammensetnings-, helse-, eller markedsføringspåstander:	27 av de 43 produktene hadde påstander på pakken som ikke er godkjente ifølge modellen.
Villedende produktnavn:	21 av produktene ble vurdert å ha mangelfulle produktnavn. Ofte handlet det om at enkelte ingredienser nevnes i produktnavnet, uten at dette er ingredienser som det er mest av i produktet. I gruppen for fruktprodukter forekom dette for åtte av de 14 produktene.
Manglende informasjon i ingredienslisten:	Elleve av produktene manglet informasjon i ingredienslisten. I all hovedsak dreide det seg om at vannprosenten ikke var oppgitt – til tross for at vann var en av de første ingrediensene i lista, eventuelt at fremhevede ingredienser ikke var oppført med prosenter.



Klemmeposer uten korrekt anbefaling for hvordan maten skal serveres:

Femten av produktene var klemmeposer med tut. Seks av disse hadde informasjon om at maten burde serveres på en skje. Resten hadde ingen slik informasjon og ble derfor ikke godkjente på dette punktet av modellen.

Manglende eller feil tilberedningsinstruksjoner:

Kun ett produkt manglet dette.

Informasjon om å fortsette amming:

Ingen av produktene hadde informasjon om å fortsette med amming fram til barnet fyller to år, som er anbefalingen til WHO. I Norge anbefaler Helsedirektoratet at man ammer hele det første året og gjerne lenger hvis man trives med det. Ingen av produktene hadde informasjon om å amme opptil et år (14).



Produkteksempel:

Nutripuffs jordbær og banan

- Produktnavnet gir ingen informasjon om at produktet inneholder 94 prosent maismel. Innholdet av jordbærpulver er 3,8 prosent og 2,7 prosent bananpulver.
- På baksiden av pakken er det også flere påstander om hvor bra produktet er for barnet. Slik som:

Smakfull snacks som får barnet til å utforske nye smaker og spise selv. Smelter i barnets munn. Enkelt å plukke opp og holde. Godkjent av våre sikkerhets- og kvalitetseksperter.

TOTALT SETT

Av de 47 produktene som ble vurdert, var det fire som falt inn i godterikategorien. Disse ble ikke videre vurdert, da de ikke bør selges ifølge NPPM. Av de resterende 43 produktene var det ingen som ga anbefalinger om å fortsette med amming. Kun tre produkter oppga en øvre aldersanbefaling. Hele 38 av produktene hadde upassende påstander, eller produktnavn som ikke reflekterte innholdet korrekt.



Produkteksempel:

Nestlé min havregrøt med mango & banan

- Flere påstander på Nestlé sine pulvergrøter, som for eksempel:

Garanterer god næring for barnet ditt, fra innhøsting til grøt.

Korn dyrket med omsorg.

Sukkerinnhold i fem pulvergrøter

Beskrivelse av produktene

Alle Nestlé sine produkter er merket med «Uten tilsatt sukker». I følge NPPM inneholder Änglamark sin grøt Apple and Pear for mye tørket frukt. Det er bare Nestlé sine grøter som inneholder nedbrutt hvetemel. Ingen inneholdt for mye sukker ifølge modellen. For ingrediensliste og deklarerert næringsinnhold for disse produktene se vedlegg IV.

Labresultater

Det var ingen avvik av total mengde sukker sammenliknet med deklarerert informasjon om sukkerarter (se tabell 2). Det var mer maltose i Nestlé sine grøter enn i Änglamark sine. Alle grøtene hadde mellom 17-31 gram sukkerarter deklarerert på pakken. Da dette er grøt i pulverform, vil sukkerinnholdet for 100 gram ferdigutblandet grøt være vesentlig lavere. Se tabell 3 for resultatene av analysene av tilberedt grøt.

Tabell 2

Innhold av sukkerarter i pulvergrøt uten tilberedning.

Analysert av Eurofins Food & Feed Testing Norway AS

Innhold av sukkerart (g/100 g) i grøt, pulverform*gg	Nestlé Min Grøt Mild – Fra 6 måneder	Nestlé Min Grøt med pære og banan – Fra 6 måneder	Nestlé Min Fullkornsgrøt med Havre og Rug Godnatt – Fra 1-3 år	Änglamark Wholegrain porridge Apple & Pear – Fra 6 måneder	Änglamark Wholegrain porridge Banana & Raspberry – Fra 8 måneder
Glukose	0,41	0,93	0,50	4,29	0,68
Fruktose	<0,04	0,63	0,06	4,39	0,48
Sukrose	0,55	1,79	0,58	3,20	2,21
Laktose	13,1	12,0	13,4	19,3	19,0
Maltose	2,18	2,61	7,75	0,67	0,63
Galaktose	<0,04	<0,04	<0,04	0,11	0,13
Sukker, totalt	16,2	18,0	22,3	29,1	23,1
Deklarert innhold av sukkerarter	17	19	22	31	24

*Gjennomsnitt av tre paralleller

Tabell 3

Sukkerarter i tilberedt pulvergrøt.

Analysert av Eurofins Food & Feed Testing Norway AS

Innhold av sukkerart (g/100 g) i grøt, ferdigutblandet grøt* (g/100gram)	Nestlé Min Grøt Mild – Fra 6 måneder	Nestlé Min Grøt med pære og banan – Fra 6 måneder	Nestlé Min Fullkornsgrøt med Havre og Rug Godnatt – Fra 1-3 år	Änglamark Wholegrain porridge Apple & Pear – Fra 6 måneder	Änglamark Wholegrain porridge Banana & Raspberry – Fra 8 måneder
Glukose	0,10	0,23	0,12	0,30	0,16
Fruktose	<0,04	0,16	<0,04	0,95	0,11
Sukrose	0,13	0,45	0,14	0,71	0,48
Laktose	3,0	3,16	3,02	4,04	4,12
Maltose	0,53	0,66	1,82	0,14	0,15
Galaktose	<0,04	<0,04	<0,04	<0,04	<0,04
Sukker, totalt	3,71	4,66	5,1	6,15	5,03
Deklarert innhold av sukkerarter per porsjon (OBS ikke per 100 gram)	4,8	5,3	6,2	8,5	7,2

TOTALT SETT

Analysen viser at tilsetningen av nedbrutt hvetemel fører til høyere innhold av maltose (maltsukker). Om dette tilsettes for å gjøre maten søtere, lettere å fordøye eller lettere å blande ut vites ikke. Forbrukerrådet reagerer på at Nestlé sine produkter er merket med «Uten tilsatt sukker», når hveteemelet tilsettes som maltose, og ikke som mindre behandlet hvetemel. Til tross for at dette kan være innenfor regelverket, mener vi at regelverket bør endres.

Noen betraktninger i et nordisk perspektiv

Selv om enkelte produkter bestod NPPM-testen for sukkerinnhold, anbefaler de nye nordiske ernæringsrådene at tilsatt og fritt sukker unngås i kostholdet til barn under to år. Dermed vil flere produkter ikke være egnet for denne aldersgruppen.

For forbrukerne kan det imidlertid være utfordrende å identifisere hvilke produkter som inneholder tilsatt eller fritt sukker. Dagens obligatoriske merking oppgir kun totalt sukkerinnhold, under betegnelsen «hvorav sukker», uten å skille mellom naturlig og tilsatt sukker. For å legge til rette for at forbrukerne kan følge de gjeldende anbefalingene, er det behov for en mer detaljert merking av sukkerinnholdet i matvarer.

Arbeidet med å endre retningslinjene for mat til spedbarn og småbarn i Norge bør legge vekt på at det skal være enkelt å praktisere rådene, uansett om man velger å lage maten selv eller om man handler den inn som halvfabrikat eller ferdigprodukt. Dagens retningslinjer anbefaler å begrense bruken av klemmeposer, men det kan være relevant å se nærmere på flere typer barnematprodukter. Utvalget i butikkene er stort, med produkter som fruktstenger, «fruktfisker» og ulike snacks.

Hvem kan gjøre hva?





Industrien

Industrien bør forholde seg til WHO sine anbefalinger. De bør støtte opp om kjent kunnskap som kan bedre levevanene til barn, blant annet ved å fjerne eller justere påstandene om innholdet i produktene. Markedsføring av barnemat bør være nøytral og basert på objektiv informasjon, slik at foreldre ikke blir villedet til å tro at enkelte produkter er bedre enn de er. For eksempel bør ikke produkter med et høyt sukkerinnhold være merket med «Uten tilsatt sukker».

Produktnavnene bør reflektere innholdet, og ikke brukes for å gi en feil oppfatning av hva et produkt består av.

Industrien bør også strebe mot å bruke produksjonsmetoder som ikke frigjør sukker, slik at vi unngår et høyt innhold av fritt sukker i barnemat.

Produsentene bør også i større grad satse på produkter med kun én smak, slik at barnet venner seg til smaken av enkelte grønnsaker og frukter, og ikke til smaken av et sammensatt produkt. Produsentene bør også i større grad produsere produkter med mye grønnsaker til spedbarn i alderen 6-12 måneder, fremfor fruktbaserte måltider.



Politikerne og helsemyndighetene

Mattilsynet gjennomførte en merkesjekk på barnemat i 2021, hvor man så nærmere på blant annet deklarasjon av næringsinnhold, informasjon om tilberedning, ingredienslisten og god opplysningspraksis (15). 21 av 40 produkter hadde feil eller mangler ved merkingen. For eksempel var ingredienser nevnt i produktnavnet ikke angitt med mengde i ingredienslisten. Produktnavnene var heller ikke alltid beskrivende med tanke på innhold og sammensetning.

Vi ser tilsvarende eksempler i vår nye undersøkelse, som understreker behovet for et strengere tilsyn av barnematprodukter.

Myndighetene bør se på om forskriften om merking av tilsatt sukker bør endres;

Uten tilsatt sukker

En påstand om at et næringsmiddel ikke er tilsatt sukker, og enhver annen påstand som kan antas å ha samme betydning for forbrukeren, kan bare framsettes dersom produktet ikke er tilsatt monosakkarider eller disakkarider eller andre næringsmidler på grunn av deres søtende egenskaper. Dersom sukkeret forekommer naturlig i næringsmiddelet, bør også følgende angivelse finnes på etiketten: «MED ET NATURLIG INNHOLD AV SUKKER».

Maltose er et disakkarid, og har samme effekt i kroppen uavhengig av om dette brukes for å søte, for å endre konsistens eller for å gjøre maten lettere å fordøye. Det er derfor viktig at flere funksjoner enn ingrediensenes «søtende egenskaper» også legges inn.

Helsemyndighetene skal oppdatere retningslinjene for spedbarnsernæring og mat til de opp til to år, basert på de nye nordiske anbefalingene. I dette arbeidet, samt i arbeidet med å bedre folkehelsen også blant andre aldersgrupper, vil det være viktig å få på plass:

- ☑ En definisjon av fritt sukker som inkluderer ingredienser som tilfører sukker til matvarer og drikke, selv om dette kommer fra bearbeidet frukt og grønnsaker
- ☑ At matvarer med et høyt sukkerinnhold ikke får merkes med «Uten tilsatt sukker».
- ☑ Et arbeid for at deklarasjonspliktig informasjon skiller på «hvorav sukker» og «fritt sukker»
- ☑ Et strengt regelverk for bruk av påstander på barnemat.

Hvorfor er dette et politisk anliggende?

Tallene for overvekt og fedme både blant barn og voksne er vedvarende høye. Samtidig vet man at kostholdet i de første leveårene er avgjørende for utviklingen av sunne matvaner. Det et barn spiser som liten påvirker levevanene og preferansene ikke bare der og da, men også senere i livet. Dette påvirker igjen risikoen for å få kroniske sykdommer slik som hjerte- og karsykdommer, diabetes og kreft.

Forbrukerrådet mener at tilsyn, regulering og oppfølging av barnematmarkedet i Norge har vært mangelfullt og ikke fått den oppmerksomheten det fortjener innen ernæringspolitikken. Myndighetene har et tydelig ansvar for å sikre at de oppfyller sine forpliktelser når det gjelder beskyttelse av barns ernæring og helse.

Et stadig mer kommersielt barnematmarked gjør det nødvendig med strengere kontroll og klare retningslinjer for å sikre at produktene som tilbys, faktisk bidrar til et sunt og balansert kosthold for spedbarn og småbarn. Norge har både nasjonale og internasjonale forpliktelser for å sikre at barnemat er trygg, sunn og riktig merket, noe som understreker behovet for en mer aktiv tilnærming fra myndighetenes side.

Forbrukerrådet ønsker derfor en mer aktiv dialog med myndighetene, matindustrien, fagmiljøer og relevante organisasjoner for å styrke barns forbrukerrettigheter og sikre at ernæringsmessige hensyn blir ivaretatt på best mulig måte. Ved å samle ekspertise og erfaring fra ulike aktører kan man utvikle bedre reguleringer og tiltak som fremmer sunnere valg for de minste. Dette er avgjørende både for den enkelte families trygghet og for folkehelsen på sikt.

Det er i både norsk og europeisk sammenheng et høyt fokus på god beredskapspolitikk. Det ligger god beredskap i en god folkehelse. En frisk befolkning er bedre rustet i møte med konflikter, naturkatastrofer og pandemier. Forebygging gjennom tidlig innsats, spesielt i barns kosthold, er derfor en viktig samfunnsoppgave som krever politisk handling.



Forbruker

Vårt hovedfokus er primært rettet mot industrien og myndighetene, fordi ansvaret for ernæringsmessig gode produkter ikke skal hvile på forbrukeren alene. I en hektisk hverdag kan ikke foreldre bruke tid og energi på å gjennomskue villedende påstander eller industrielle produksjonsmetoder når de velger barnemat.

Foreldre ønsker naturligvis det beste for barnet sitt, men mange har begrenset tid og kapasitet til å sette seg inn i alle detaljer. Dessverre vet industrien å utnytte nettopp denne sårbarheten:

Ved å markedsføre produkter med overdrevne helsefordeler, spiller de på foreldres bekymringer og ønsker om å gi barna en god start i livet. Dette er uakseptabelt.

Barnematprodusenter må ta sin del av ansvaret og sikre at produktene de tilbyr, faktisk fremmer barnets helse.

Myndighetene må sørge for tydeligere reguleringer og strengere oppfølging. Foreldre skal kunne stole på at barnemat som tilbys på markedet er sunn og basert på helsefaglige anbefalinger – uten villedende markedsføring eller selgende ord og uttrykk som ikke reflekterer produktet.

Samtidig kan forbrukere ta grep for å legge press på industrien. Ved å være bevisste på næringsinnhold og unngå produkter med unødvendig sukker, legger man press på industrien til å lage sunnere alternativer.

Referanser

1. **Grammatikaki, Evangelia, Wollgast, Jan og Caldeira, Sandra.** High Levels of Nutrients of Concern in Baby Foods Available in Europe That Contain Sugar-Contributing Ingredients or Are Ultra-Processed. *Nutrient*. 13, 2021, 3105.
2. **Garcia, Ada Lizbeth, et al.** Changes in the UK baby food market surveyed in 2013 and 2019: the rise of baby snacks and sweet/savoury foods. *Archives of Disease in Childhood*. 12, 2020, 105.
3. **World Health Organization.** *Nutrient and promotion profile model: supporting appropriate promotion of food products for infants and young children 6–36 months in the WHO European Region*. 2022.
4. **World Health Organization.** *Ending inappropriate promotion of commercially available complementary foods for infants and young children between 6 and 36 months in Europe*. 2019.
5. **Forbrukerrådet.** *Innhold og merking av fruktpureer og fruktgummi til sped- og småbarn. en gjennomgang av barnemat i daglivarebutikker*. 2020.
6. **Forbrukerrådet.** *Test av yoghurter for spedbarn: Mye sukker, lite yoghurt*. [Internett] 29 april 2024. [Sisert: 12 mars 2025.] <https://www.forbrukerradet.no/siste-nytt/test-av-yoghurt-for-spedbarn-mye-sukker-lite-yoghurt/>.
7. **EFSA Panel on Nutrition, Novel Foods and Food Allergens (NDA), Turck D, Bohn T, Castenmiller J, de Henaau S, Hirsch-Ernst KI, Knutsen HK, Maciuk A, Mangelsdorf I, McArdle HJ, Naska A, Peláez C, Pentieva K, Siani A, Thies F, Tsabouri S, Adan R.** Scientific Opinion on the Tolerable upper intake level for dietary sugars. *EFSA Journal*. 20, 20 Februar 2022, 2, s. 7074.
8. **Blomhoff, Rune, et al.** *Nordic Nutrition Recommendations 2023: integrating environmental aspects*. . s.l. : Nordic Council of Ministers, 2023.
9. **Helsedirektoratet.** *Rådsdag om revisjon av Nasjonal faglig retningslinje for spedbarnsernæring*. www.helsedirektoratet.no. [Internett] 11. februar 2025. <https://www.helsedirektoratet.no/konferanser/radslag-om-spedbarnsernaering>.
10. **World Health Organization European Region.** *Sugar factsheet*. www.who.int/europe. [Internett] 16 september 2022. <https://www.who.int/europe/publications/m/item/sugars-factsheet>.
11. **Andersen, Elisabeth og Røssland, Vilde Holta.** *Nestlé avkrefter influenserens påstander*. www.nettavisen.no. [Internett] 06 august 2023. <https://www.nettavisen.no/livsstil/ida-gran-jansen-foleer-seg-lurt-av-barnematprodusent-tjener-big-bucks/s/5-95-1245139>.
12. **World Health Organization & University of Leeds.** *Nutrient and promotion Profile Model. How do baby foods perform on nutrition and promotion?* [Internett] <https://babyfoodnppm.org/>.
13. **World health Organization.** www.babyfoodnppm.org. *Nutrient and promotion profile model toolkit*. [Internett] 2022. <https://babyfoodnppm.org/resources/NPPM%20Toolkit%20ENG.pdf>.
14. **Helsedirektoratet.** www.helsenorge.no. *Amming og morsmelk*. [Internett] 17. april 2024. <https://www.helsenorge.no/spedbarn/spedbarnsmat-og-amming/amming-og-morsmelk/>.
15. **Mattilsynet.** www.mattilsynet.no. *Merkesjekken 2021 - Mattilsynet ser på mat i*. [Internett] november 2022. [Sisert: 11. mars 2025.] https://mattilsynet-xp7prod.enonic.cloud/_/attachment/inline/97295cf3-651e-4b2f-9cfe-f27aa3bcb8a9:e78e97725b1360aa-3f005ede2b5cb2781ed48721/Rapport%20Merkesjekken%202021%20barnemat.pdf.
16. **EFSA Journal.** *Tolerable upper intake level for dietary sugars*. www.efsa.europa.eu. [Internett] 28 februar 2022. <https://www.efsa.europa.eu/en/efsajournal/pub/7074>.

Vedlegg I

Liste over produkter som ble lastet opp på nettsidene til Verdens Helseorganisasjon og Universitet i Leeds' Nutrient profile and promotion model (NPPM)(13):

Produktnavn	Produsent
Fruktstänger	Castus kids
Organic strawberry, banana maize puffs	Ella's kitchen
Den grønne - økologisk smoothie	Ella's kitchen
Bananas	Ella's kitchen
Mino Dinos cranberry, blackcurrant and ancient grain	Hipp Organic
Bulgurgryte med kikerter og oksekjøtt	Hipp Organic
äpple, persika & mango	Hipp Organic
Potetstaver med ostesmak	Kiddylicious
Blåbær poppis	Kiddylicious
Bringebær crispy fruktisk	Kiddylicious
Jordbær og banan, smoothiebiter	Kiddylicious
Gryte middag med gulrot og bulgur	Kolonihagen
Lasagne middag	Kolonihagen
Texmex middag med potet og storfekjøtt	Kolonihagen
Ragu middag med potet og storfekjøtt	Kolonihagen
Pasta bolognese	Kolonihagen
Smoothie mellommåltid med quinoa, gulrot, mais og mango	Kolonihagen
Pasta middag med grønnsaker	Kolonihagen
Smoothie banan & jordbær	Lille go'
Smoothie, Gresskar, gulrot & mango	Lille go'
Mais & Hirse Skumpinner	Mini Me
Rå bar Dadler, kokosnøtt og pasjonsfrukt	Mini mi
Nutripuffs Jordbær Banan	Nestlé
Stroganoff Biff	Nestlé
Fruktstång Havre, Drue, Eple	Nestlé
Min Havregrøt med mango og banan	Nestlé
Min grøt mild	Nestlé
Min fullkorngrøt med bringebær & banan	Nestlé

Spaghetti bolognese	Nestlé
Min yoghurt jordbær banan	Nestlé
Rotfrukter med laks	Nestlé
Min frukt eple, pære, bringebær, blåbær	Nestlé
Gulrot og potet	Nestlé
Søtpotet og kylling	Nestlé
Økologisk Smoothie jordbær og bjørnebær	Rema Lev vel
Smoothie Kiwi og mango	Rema Lev vel
Multigrain puffs farm strawberry	Semper
Grøt pasjonsfrukt, eple og banan	Semper
Ris & kyckling med grønsaker	Semper
Lasagne	Semper
Kjøttkaker i brun saus	Semper
Fruktmums jordgubb	Semper
Fullkornsgrøt med smak av frukt og yoghurt	Semper
Couscous & kyckling	Semper
Smoothie prune	Änglamark
Smoothie with oat apple and cinnamon	Änglamark
Wholegrain porridge, banana and raspberry	Änglamark

Vedlegg II

Rapporttabell for sammensetningskrav blant 47 vurderte produkter i Norge. Verdens helseorganisasjons modell NPPM (13) er brukt for å gjøre vurderingen. Verdiene er oppgitt som ikke godkjente produkter/antall vurderte produkter i kategorien.

Kode	Underkategori Beskrivelse	Antall evaluerte produkter	Energitetthet	Stor porsjonsstørrelse	Natrium	Sukker	Inneholder fritt sukker	Proteininnhold	Fett	For høyt innhold av frukt
1 Tørre kornvarer og stivelse										
1	Tørt eller pulveriserte kornvarer/ stivelse som skal bli spist eller køkt med melk eller vann	5	0/5	*	0/5	*	0/5	0/5	0/5	1/5
2 Melkeprodukter										
2	Melkebaserte matvarer, desserter og kornprodukter	0								
3 Frukt og grønnsaks-puréer/ smoothier og fruktdesserter										
3.1	Produkter som inneholder frukt, inkludert frokost/melkeprodukter	14	6/14	*	0/14	*	4/14	*	0/14	*
3.2	Produkter med kun grønnsaker	1	**	*	0/1	*	0/1	*	0/1	0/1
4 Salte måltider og måltidskomponenter										
4.1	Mat uten protein eller ost nevnt i produktnavnet	5	0/5	*	0/5	1/5	0/5	0/5	0/5	0/5
4.2	Mat med ost, men uten protein nevnt i produktnavnet	0								
4.3	Mat med proteinkilden ikke nevnt først i produktnavnet	9	0/9	*	0/9	0/9	0/9	0/9	0/9	0/9
4.4	Mat med proteinkilden nevnt først	1	0/1	*	0/1	0/1	0/1	0/1	0/1	0/1
4.5	Proteinkilden er det eneste som er nevnt i produktnavnet	0								

* Ikke relevant

** Ikke vurdert på grunn av 4 måneders aldersanbefaling

Kode	Underkategori Beskrivelse	Antall evaluerte produkter	Stor porsjonsstørrelse	Energitetthet	Natrium	Sukker	Inneholder fritt sukker	Proteininnhold	Fett	For høyt innhold av frukt
5 Snacks og fingermat										
5.1	Frukt	2	*	1/2	0/2	*	2/2	*	0/2	*
5.2	Tørr eller semitørr snacks og fingermat	6	*	5/6	1/6	0/6	1/6	***	1/6	*
6 Ingredienser										
2	Ingredienser	0	*	*				*	*	
7 Godteri										
7	Godteri	4								
8 Drikke										
8	Drikke	0								

* Ikke relevant

*** Ikke vurdert, da ingen produkter inneholdt melk

Vedlegg III

Rapporttabell for markedsføring vurdert for 47 produkter. Verdens helseorganisasjons modell NPPM (13) er brukt for å gjøre vurderingen. Verdiene er oppgitt som ikke godkjente produkter/antall vurderte produkter i kategorien.

Kode	Underkategori Beskrivelse	Antall evaluerte produkter	Aldersanbefaling under 6 måneder	Maks alder ikke angitt/over 12 måneder(kun puréer)	Behov for merking for høyt sukkerinnhold	Upassende påstander, om sammensetning, helse eller markedsføring	Uklart produktnavn	Ingredienslisten mangler informasjon	Manglende/ upassende instruksjoner om tilberedning (dersom behov)	Mangler instruksjoner om å ikke drikke av tut på klemmeposer	Manglende informasjon for å fremme amming
1 Tørre kornvarer og stivelse											
1	Tørt eller pulveriserte kornvarer/ stivelse som skal spises/ kokes med melk eller vann	5	0/5	*	0/5	4/5	3/5	1/5	0/5	*	5/5
2 Melkeprodukter											
2	Melkebaserte matvarer, desserter og kornprodukter	0		*							
3 Frukt og grønnsaks-puréer/ smoothier og fruktdesserter											
3.1	Produkter som inneholder frukt, inkludert frokost/ melkeprodukter	14	3/14	14/14	11/14	5/14	8/14	3/14	*	9/14	14/14
3.2	Produkter med kun grønnsaker	1	1/1	1/1	0/1	1/1	0/1	0/1	0/1	**	1/1

* Ikke relevant

** Ikke relevant for dette produktet

Kode	Underkategori Beskrivelse	Antall evaluerte produkter	Aldersanbefaling under 6 måneder	Maks alder ikke angitt/over 12 måneder(kun puréer)	Behov for merking for høyt sukkerinnhold	Upassende påstander, om sammensetning, helse eller markedsføring	Uklart produktnavn	Ingredienslisten mangler informasjon	Manglende/ upassende instruksjoner om tilberedning (dersom behov)	Mangler instruksjoner om å ikke drikke av tut på klemmeposer	Manglende informasjon for å fremme amming
4 Salte måltider og måltidskomponenter											
4.1	Mat uten protein eller ost nevnt i produktnavnet	5	0/5	5/5	*	4/5	0/5	0/5	0/5	0/5**	5/5
4.2	Mat med ost, men uten protein nevnt i produktnavnet	0			*						
4.3	Mat med proteinkilden ikke nevnt først i produktnavnet	9	0/9	9/9	*	6/9	5/9	3/9	0/9	0/9***	9/9
4.4	Mat med proteinkilden nevnt først	1	0/1	1/1	*	1/1	0/1	1/1	0/1	****	1/1
4.5	Proteinkilden er det eneste som er nevnt i produktnavnet	0			*						
5 Snacks og fingermat											
5.1	Frukt	2	0/2	*	1/2	1/2	2/2	1/2	*	*	2/2
5.2	Tørr eller semitørr snacks og fingermat	6	0/6	*	*	5/6	3/6	1/6	*	*	6/6
6 Ingredienser											
6	Ingredienser	0	*	*				*		*	
7 Godteri											
7	Godteri	4									
8 Drikke											
8	Drikke	0									

* Ikke relevant

** ikke relevant for 4 av produktene

*** ikke relevant for 7 av produktene

**** Ikke relevant for dette produktet

Vedlegg IV

Deklarert ingrediensliste og næringsinnhold i de fem grøtene som ble sendt til labanalyse av sukkerarter.

Produkt	Nestlé Min Grøt Mild – Fra 6 måneder	Nestlé Min Grøt med pære og banan – Fra 6 måneder	Nestlé Min Fullkornsgrøt med Havre og Rug Godnatt – Fra 1-3 år	Ånglamark Wholegrain porridge Apple & Pear – Fra 6 måneder	Ånglamark Wholegrain porridge Banana & Raspberry – Fra 8 måneder
Ingredienser	Nedbrutt hvetemel (36%), fullkornshavremel (34%), skummetmelkpulver, melkepulver, vegetabiliske oljer (raps, solsikke), fiber (inulin), mineraler (kalsium, jern, sink, jod) og vitaminer (A, D, E, K, C, tiamin, niacin, B6, folinsyre, biotin, pantotensyre). Fullkorn 35 % og melk 27 %.	Nedbrutt hvetemel (34%), fullkornshavremel (32%), skummetmelkpulver, helmelkpulver, vegetabiliske oljer (raps, solsikke), bananflak (3,0%), pæreflak (3,0%), maltodekstrin, maisstivelse, emulgator (lecitin), mineraler (kalsium, jern, sink, jod), vitaminer (A, D, E, K, C, tiamin, niacin, B6, folinsyre, biotin, pantotensyre). Fullkorn 32% og melk 27%.	Fullkornshavremel (30%), nedbrutt hvetemel (27%), skummetmelkpulver, helmelkpulver, rugmel (7,3%), rugbiter (6,6%), vegetabiliske oljer (raps, solsikke), fiber (inulin), mineraler (kalsium, jern, sink, jod) og vitaminer (A, D, E, K, C, tiamin, niacin, B6, folinsyre, biotin, pantotensyre). Fullkorn 44% og melk 28%.	Tilskuddsblanding utelukkende basert på melk (skummetmelk* (EU), mysepulver* (delvis demineralisert) (melk), vegetabiliske oljer (palme*-, raps*-, solsikkeolje*), mineraler (kalsiumklorid, natriumklorid, jern(III) pyrophosphat, sink sulfat, natriumselenitt, kobbersulfat, mangansulfat), vitaminer (vitamin C, vitamin A, vitamin E, niacin, vitamin D3, kalsium-D-pantothenat, biotin, vitamin K, folsyre, tiamin-mononitrat, vitamin B6)), fullkornsmel 42,8% (fullkornshavremel*, fullkornsspeltmel* (hvete), fullkornshvetemel*) (EU), eplepulver* 9,5% (EU), maltodekstrin*, pærepulver* 4% (EU), tiamin. Kan inneholde spor av rug og bygg. Pakket i beskyttende atmosfære. *Økologisk.	Tilskuddsblanding utelukkende basert på melk (skummetmelk* (EU), mysepulver* (delvis demineralisert) (melk), vegetabiliske oljer (palme*-, raps*-, solsikkeolje*), mineraler (kalsiumklorid, natriumklorid, jern(III) pyrophosphat, sink sulfat, natriumselenitt, kobbersulfat, mangansulfat), vitaminer (vitamin C, vitamin A, vitamin E, niacin, vitamin D3, kalsium-D-pantothenat, biotin, vitamin K, folsyre, tiamin-mononitrat, vitamin B6)), fullkornsmel 42,8% (fullkornshavremel*, fullkornsspeltmel* (hvete), fullkornshvetemel*) (EU), maltodekstrin*, bananpulver* 4% (Ecuador), bringebærstykker* 0,85% (EU), tiamin. Kan inneholde spor av rug og bygg. Pakket i beskyttende atmosfære. *Økologisk.
Energi (kcal)**	424	421	417	416	425
Fett (g)(g)**	12,0	11,0	11,0	10,6	11,4
Karbohydrater (g)**	60,0	62,0	60,0	64	64
Hvorav sukkerarter (g)**	17,0	19,0	22,0	31	24
Protein (g)**	17,0	16,5	16,6	13,8	14,8
Kostfiber (g)**	4,0	4,0	6,0	4,6	3,4
Salt (g)**	0,30	0,30	0,30	0,33	0,34



FORBRUKERRÅDET

www.forbrukerradet.no