

給寶寶選購麵條有門道

11-05-2021 中國消費者報

作者：孫蔚

寶寶 6 個月左右時就可以開始吃固體食物了，相比其他主食，麵條製作簡單、營養豐富、口感軟爛，深受媽媽和寶寶們的喜愛。日常生活中，有不少媽媽只是把大人吃的麵條“過度加工”一下，比如掰得更碎、煮得更爛、添加一些肉泥和蔬菜。這種做法對嗎？



在近日舉辦的中糧糧穀·福臨門寶寶蔬優營養麵新品上市活動現場，中國疾控中心營養與健康所副所長賴建強、中國糧油學會糧油營養分會秘書長賈健斌等專家紛紛表示，建議不要給寶寶食用成人普通麵條，普通麵條不但無法滿足寶寶成長發育過程中對營養的全面需求，還有可能造成寶寶鹽攝入過量、防腐劑添加劑超標等健康問題。

賈健斌在接受《中國消費者報》記者採訪時表示：“衛健委發佈的《嬰幼兒輔食添加營養指南》中指出，穀物類因其容易消化和不易引起過敏反應，是嬰幼兒進行輔食添加時的首選。從嬰幼兒穀類輔食發展現狀與趨勢來看，2012-2019 年嬰幼兒輔食市場由 100 億元增長到 404 億元，預計 2026 年可達到每年 800 億元。其中穀類輔食佔據半壁江山，2020 年占到嬰幼兒輔食市場 55% 的份額。”

賈健斌指出，麵條是嬰幼兒能量、營養素輔料的良好載體，以 1 歲兒童每天需要 1100 千卡能量計算，每 100 克寶寶麵條可提供 357 千卡能量，約占每天所需能量的 32%，而 100 克米飯僅能提供 117 千卡能量。

“寶寶還是應該吃嬰幼兒專用麵條。”賴建強表示，“中國兒童營養問題面對兩大挑戰，一是營養不良與營養過剩並存，二是微量元素缺乏。”他表示，嬰幼兒麵條是專門為寶寶而製作的，在營養方面，會根據嬰幼兒的發育需要而科學地添加維生素和礦物質，如蛋白質、鈣、維生素 D、鋅等營養元素。

更重要的是，嬰幼兒麵條在製作過程中嚴格控制鹽的添加，甚至不添加，而普通麵條的含鹽量一般會比較高。寶寶的腎臟功能尚未發育完全，攝入的鹽過多會加重腎臟負擔，同時增加心臟負擔，從而影響寶寶的生長發育。“安全是消費者購買嬰幼兒輔食首要關注因素，福臨門寶蔬優營養麵的外包裝明確標注執行《嬰幼兒穀類輔助食品》國家標準(GB10769-2010)，並由中糧自有旗艦工廠按照國家標準 GB10769 進行全鏈生產，不添加食用鹽，嚴控生產管理，確保安全可追溯。”中糧糧穀麵條管理部研發負責人張智勇介紹稱，“在營養方面，寶蔬優營養麵根據 6 至 36 個月嬰幼兒生長需要，科學研發無鹽蔬菜配方，並配有鈣、鐵、鋅、維生素 A、維生素 B1、維生素 D 等多種寶蔬成長所需營養。”

賈健斌對記者表示，目前我國嬰幼兒輔食行業整體發展趨勢呈“五高兩加強”狀態，即整體行業政策法規要求高、生產監管水準要求高、新企業入行門檻日趨提高、消費者對食品安全品質水準和營養品質要求高、市場產品細分趨勢加強、品牌建設投入加強。“希望有更多品牌能洞察消費者的真正需求，讓更多優質的中國輔食產品陪伴中國寶蔬健康成長。”

責任編輯：任冬雪