

TITEL // TEST KEKSE FÜR BABYS UND KLEINKINDER

ÖKO-TEST RÄT

- ▶ Kekse sind eine Süßigkeit. Deshalb sollten Kleinkinder sie nur selten bekommen, Babys noch gar nicht.
- ▶ Palmöl ist nicht nur ökologisch bedenklich. Es kann, wie andere pflanzliche Fette auch, krebserregende Fettschadstoffe enthalten. Achten Sie bei der Zutatenliste einfach darauf, dass statt pflanzlichen Fetten Butter deklariert ist. Palmöl muss deklariert sein.
- ▶ Am besten ist es, wenn ein Kind erst möglichst spät Süßigkeiten bekommt.

TEST KEKSE FÜR BABYS UND KLEINKINDER

VIEL ZU SÜSS

Kekse für Babys und Kleinkinder – klar, die enthalten nur ganz wenig Zucker, oder? Leider nein. Die Produkte sind viel zu süß. Außerdem mit in den bunten Packungen: Mineralöl und Fettschadstoffe.

von Katja Tölle

Klar, auch schon die aller kleinsten Kinder lieben Kekse. Aber die süßen Knabberereien für Größere enthalten oft jede Menge Zucker. Da kommen spezielle Kekse für Babys und Kleinkinder doch gerade recht, oder? Sind sie die bessere Wahl? Leider nein. Die sechs getesteten Produkte strotzen vor Zucker. Und in einigen Produkten stecken auch noch Fettschadstoffe und Mineralöl.

Ein einziger Keks ist „ausreichend“: Alle anderen rasseln mit einem fetten „ungenügend“ durch. Das liegt nicht nur an den unfassbar hohen Zuckergehalten von sage und schreibe bis zu 26,4 Prozent, sondern auch an krebserdächtigen Fettschadstoffen und Mineralölverunreinigungen.

Viel zu früh: Wenn das Kind noch nicht einmal ein Jahr alt ist, sollte es grundsätzlich keine zuckrigen Kekse essen. Diese Kekse sind nicht nur völlig überflüssig, sondern können auch sehr früh die Vorliebe für Süßes fördern und das Kariesrisiko erhöhen. Dass vier der Produkte ab sechs oder acht Monaten aus-

gelobt sind, kritisieren wir deswegen scharf. Babys sollten in diesem Alter nicht an Süßigkeiten gewöhnt werden, deswegen können diese Kekse aufgrund ihrer Zuckergehalte nicht besser als „mangelhaft“ abschneiden. Etwas weniger streng bewerten wir, wenn Kekse für Kinder ab einem Jahr ausgelobt sind. Dennoch sind auch sie viel zu süß. **Besser nicht Alete:** Die schlechteste Wahl unter den Schlechten ist der *Alete Kinderkeks*. Zum einen ist es der süßeste Keks im Test: Deklariert sind 25 Gramm Zucker

MOSH können sich im Körper anreichern und haben in Tierversuchen Organe wie die Leber geschädigt. POSH sind noch nicht so gut untersucht. Sie verhalten sich aber möglicherweise ähnlich. Dass der Hersteller dann noch Aroma, jede Menge künstliche Vitamine, Eisen und Mineralstoffe zufügt, macht die Zutatenliste nur noch gruseliger – kann sich aber auf die Bewertung nicht mehr auswirken, weil bei uns mit der „Sechs“ Schluss ist. Wir haben es trotzdem einmal durchgerechnet. Der Alete-Keks

Die schlechteste Wahl unter den Schlechten: die Kekse von Alete. Sie sind die zuckrigsten im ganzen Test.

pro 100 Gramm, im Labor wurden sogar 26,4 Gramm gemessen. In einem Produkt, das der Hersteller als „babygerecht“ auslobt, ist das dreist. Aber das ist nicht alles: Das von uns beauftragte Labor hat zudem einen „sehr stark erhöhten“ Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen MOSH/POSH gemessen.

käme, inklusive Weiterer Mängel, auf eine „14“.

Immer wieder Mineralöl: Bis auf die *Alnatura Dinkel Kekse* sind alle Kekse im Test mit den gesättigten Kohlenwasserstoffen MOSH/POSH belastet. Am stärksten verunreinigt ist der Keks von Alete, die anderen Kekse hatten „erhöhte“ oder „stark

TITEL // TEST KEKSE FÜR BABYS UND KLEINKINDER

erhöhte“ Gehalte. Die Rückstände können beispielsweise durch die Verpackung auf die Lebensmittel übergehen, oder schon in der Produktion, wenn die Rohstoffe etwa mit Schmierölen in Kontakt kommen.

Und dann auch noch Fettschadstoffe: In den Keksen der Marken *Alnatura* und *Hipp* steckt Palmöl oder Palmfett, das mit Fettschadstoffen belastet ist. Im Magen-Darm-Trakt spalten sich diese Ester in 3-MCPD und Glycidol auf. Die europäische Lebensmittelbehörde Efsa stuft Glycidol als erbgutschädigend und

möglicherweise krebserregend ein. 3-MCPD hat in Tierstudien die Nieren geschädigt und in hohen Dosen zu gutartigen Tumoren geführt.

Frech: Einige Hersteller nehmen den Mund ganz schön voll, was die Auslobungen betrifft. Besonders dreist finden wir die Empfehlung von drei Herstellern, den Keksen bereits sechs Monate alten Babys zu geben. Auch die Auslobungen „babygerecht“ (*Alete*), „für ein gesundes Wachstum“ und „auf die Bedürfnisse Ihres Babys abgestimmt“ (beides *Bebivita*) kritisieren wir, weil das grober Unfug ist.



KEKSE FÜR BABYS & KLEINKINDER

	Alete Kinderkekse	Bebivita Bärenkekse
Anbieter	Alete	Bebivita
Preis pro 150 Gramm	1,21 Euro	1,13 Euro
Altersempfehlung	ab 6 Monate	ab 6 Monate
Zuckergehalt pro 100 Gramm	26,4 Gramm	20,9 Gramm
Zugesetzter Zucker	ja	ja
Mineralöl (MOSH/POSH)	sehr stark erhöht	stark erhöht
Weitere bedenkliche und/oder umstrittene Inhaltsstoffe	Aroma; Vitamine; Eisen; Calcium	Aroma
Testergebnis Inhaltsstoffe	ungenügend	ungenügend
Weitere Mängel	ja	ja
Testergebnis Weitere Mängel	mangelhaft	ungenügend
Anmerkungen	1) 2)	1) 3) 4)
GESAMTURTEIL	ungenügend	ungenügend

Fett gedruckt sind Mängel.

Glossar: Erläuterung zu den untersuchten Parametern finden Sie auf Seite 120.

Anmerkungen: **1)** Weitere Mängel: Das Produkt enthält Zucker und ist dafür ausgelobt, dass es in Milch und/oder Fruchtsaft zerbröseln, bereits Babys ab sechs Monaten gegeben werden kann. Laut Produktauslobung decken 100 Gramm Kekse den Tagesbedarf an Vitamin B1 zu mehr als 100 Prozent. **2)** Weiterer Mangel: Das Produkt enthält Zucker und ist als „babygerecht“ ausgelobt. **3)** Weitere Mängel: Das Produkt enthält Zucker und ist als „auf die Bedürfnisse Ihres Babys abgestimmt“ ausgelobt. Das Produkt enthält Zucker und ist „für ein gesundes Wachstum“ ausgelobt. **4)** Weiterer Mangel: Werbung mit Selbstverständlichkeiten.

Produkte mit dem gleichen Gesamturteil sind in alphabetischer Reihenfolge aufgeführt. Unter dem Testergebnis Inhaltsstoffe führen zur Abwertung um jeweils vier Noten: a) zugesetzter Zucker in Keksen, die für Babys unter einem Jahr ausgelobt sind; b) ein sehr stark erhöhter Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen (MOSH/POSH) der Kettenlängen C17 bis C35 von mehr als 4 mg/kg; c) Fettschadstoffe sehr stark erhöht = Summe der Fettschadstoffe 3-MCPD-Fettsäureester und Glycidyl-Fettsäureester (berechnet als 3-MCPD) von mehr als 5,6 µg pro 30 g Kekse in einem Produkt für Babys ab sechs bis acht Monaten oder die Summe der Fettschadstoffe 3-MCPD-Fettsäureester und Glycidyl-Fettsäureester

SO TESTET ÖKO-TEST

Kekse für Babys und Kleinkinder sind nur dann sinnvoll, wenn sie weniger Zucker enthalten. Deswegen haben wir **sechs Produkte für kleine Krümelmonster** untersuchen lassen. Außer den **Zuckergehalten** interessierte uns, ob die Kekse mit **Mineralöl** und **Fettschadstoffen** belastet sind und ob die Hersteller **Aromen** oder andere künstliche Zusätze einsetzen. Außerdem haben wir uns die Angaben auf den Verpackungen angeschaut: Auslobungen, die zuckerhaltige Produkte für Babys ab sechs Monaten empfehlen, haben wir unter den Weiteren Mängel abgewertet.



BIO-KEKSE FÜR BABYS & KLEINKINDER

	Babylove Bio Dinkel-Butter-Kekse
Anbieter	Dm
Preis pro 150 Gramm	1,26 Euro
Altersempfehlung	ab 1 Jahr
Zuckergehalt pro 100 Gramm	17,8 Gramm
Zugesetzter Zucker	ja
Mineralöl (MOSH/POSH)	erhöht
Weitere bedenkliche und/oder umstrittene Inhaltsstoffe	nein
Testergebnis Inhaltsstoffe	ausreichend
Weitere Mängel	nein
Testergebnis Weitere Mängel	sehr gut
Anmerkungen	
GESAMTURTEIL	ausreichend

(berechnet als 3-MCPD) von mehr als 8 µg pro 30 g Kekse in einem Produkt für Kleinkinder ab einem Jahr (die Bewertung erfolgte in Anlehnung an die tolerierbare tägliche Aufnahme (TDI) für 3-MCPD und dessen Fettsäureester von 0,8 µg/kg Körpergewicht, herausgegeben von der Efsa im Mai 2016, als Körpergewicht haben wir für sechs bis acht Monate alte Babys sieben Kilogramm zugrunde gelegt, für ein Jahr alte Kleinkinder zehn Kilogramm). Zur Abwertung um jeweils zwei Noten führen: a) zugesetzter Zucker in Keksen, die für Kleinkinder ab einem Jahr ausgelobt sind; b) Eisen zugesetzt; c) ein stark erhöhter Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen (MOSH/POSH) der Kettenlängen C17 bis C35 von mehr als 2 bis 4 mg/kg. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) ein erhöhter Gehalt an gesättigten Kohlenwasserstoffen (MOSH/POSH) der Kettenlängen C17 bis C35 von mehr als 0,5 bis 2 mg/kg; b) Aroma oder natürliches Aroma zugesetzt; c) der Zusatz von Vitaminen und/oder Mineralstoffen, wenn nicht bereits wegen des Zusatzes von Eisen um zwei Noten abgewertet wurde.

Unter dem Testergebnis Weitere Mängel führt zur Abwertung um zwei Noten: die Auslobung, das Produkt, das Zucker enthält, in Milch und/oder Fruchtsaft zerbröseln, bereits Babys ab sechs Monaten zu geben. Zur Abwertung um jeweils eine Note führen: a) die Auslobung „babygerecht“ in einem Produkt, das Zucker enthält; b) die Auslobung „auf die Bedürfnisse Ihres Babys abgestimmt“ in einem Produkt, das Zucker enthält; c) die



Foto: ÖKO-TEST

Von wegen „babygerecht“: Die Kekse bestehen zu großen Teilen aus Zucker und sind damit überhaupt nichts für Babys.



Alnatura Dinkel Kekse, Bioland

Alnatura

1,55 Euro

ab 1 Jahr

15,5 Gramm

ja

nein

Fettschadstoffe sehr stark erhöht

ungenügend

ja

gut

4)

ungenügend



Hipp Baby Kekse

Hipp

1,65 Euro

ab 6 Monate

22,9 Gramm

ja

erhöht

Fettschadstoffe sehr stark erhöht

ungenügend

ja

ausreichend

1)

ungenügend



Holle Bio-Babykekse Dinkel, demeter

Holle Baby Food

2,99 Euro

ab 8 Monate

14,3 Gramm

ja

stark erhöht

nein

ungenügend

nein

sehr gut

ungenügend

Auslobung „für ein gesundes Wachstum“ in einem Produkt, das Zucker enthält; d) die Auslobungen „100 g decken 140 % des Tagesbedarfs an Vitamin B1“ oder „100 g decken 160 % des Tagesbedarfs an Vitamin B1“ in einem Produkt, das Zucker enthält; e) Werbung mit Selbstverständlichkeiten (hier: „ohne Zusatz von Farb- und Konservierungsstoffen lt. Gesetz“ und/oder „mit Vitamin B1 lt. Gesetz“).

Das Gesamturteil beruht auf dem Testergebnis Inhaltsstoffe. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „befriedigend“ oder „ausreichend“ ist, verschlechtert das Gesamturteil um eine Note. Ein Testergebnis Weitere Mängel, das „mangelhaft“ oder „ungenügend“ ist, verschlechtert das Gesamturteil um zwei Noten.

Testmethoden und Anbieterverzeichnis finden Sie auf oekotest.de → Hefte → ÖKO-TEST Magazin. Wählen Sie die Ausgabe aus und scrollen Sie ans Seitenende.

Bereits veröffentlicht: ÖKO-TEST App Eltern 1/2018. Aktualisierung der Testergebnisse/Angaben, sofern sich aufgrund neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse die Bewertung von Mängeln geändert oder ÖKO-TEST neue/zusätzliche Untersuchungen durchgeführt hat.

Tests und deren Ergebnisse sind urheberrechtlich geschützt. Ohne schriftliche Genehmigung des Verlags dürfen keine Nachdrucke, Kopien, Mikrofilme oder Einspielungen in elektronische Medien angefertigt und/oder verbreitet werden.