



# Gute Notlösung

**TEST Säuglingsanfangsnahrung.** Die meisten Produkte versorgen Babys mit wichtigen Nährstoffen und schneiden im Test gut ab, an die Qualität von Muttermilch kommen sie dennoch nicht heran.

Fast 97 Prozent der Mütter versuchen, nach der Entbindung zu stillen, denn Muttermilch ist das Beste fürs Kind. Sie ist ideal zusammengesetzt und wichtig für das Immunsystem. Doch beim Stillen treten häufig Probleme wie Schmerzen, Entzündungen oder eine zu geringe Milchmenge auf. Die Unterstützung für Mütter lässt in solchen Fällen noch zu wünschen übrig. Dies dürfte auch mit ein Grund sein, warum bereits in der ersten Lebenswoche nur 55 Prozent der Säuglinge ausschließlich gestillt werden. Zugefüttert wird meist mit Säuglingsanfangsnahrung im Fläschchen. Doch wie gut sind die Produkte zusammengesetzt und wie sieht es mit der Schadstoffbelastung aus? Gemeinsam mit der Stiftung Warentest haben wir 18 der sogenannten Pre-Nahrungen unter die Lupe genommen. Die meisten Produkte sind gut zusammengesetzt und versorgen das Baby mit allem, was es für eine gesunde Entwicklung braucht. Testsieger ist die teure Bio-Anfangsmilch von Löwenzahn Organics, erhältlich bei Gurkerl oder im eigenen Onlineshop. Aber auch günstige Produkte wie die Bio-Eigenmarke von dm und Little Steps gehören zu den Besten.

Bekannte Marken wie Aptamil, Beba und Hipp sind mehrfach im Test vertreten, doch nicht alle Produkte schneiden gut ab. Teilweise haperte es an der Nährstoff-Zusammensetzung, in einigen Fällen fanden wir Schadstoffe oder die Verpackung produzierte unnötig viel Müll. Entwarnung geben können wir, was die Belastung mit Keimen und Krankheitserregern angeht, diesbezüglich war kein Produkt auffällig.

## Schadstoffe

Selbst bei sorgfältiger Herstellung lassen sich Schadstoffe kaum vermeiden. Sie kommen teilweise in der Umwelt vor oder entstehen bei der Produktion, etwa wenn Öle raffiniert werden. Deshalb konnten wir in diesem Prüfpunkt kein einziges Produkt mit sehr gut bewerten. Allerdings gibt es sehr wohl Unterschiede. Fünf Pre-Nahrungen schnitten hier immerhin gut ab, 13 schafften nur eine durchschnittliche Note. Die Funde sind

allerdings nicht besorgniserregend, und im Vergleich zum letzten Test aus dem Jahr 2016 haben sich die Schadstoffnoten verbessert, obwohl wir diesmal strenger bewertet haben. Die Gehalte an schädlichen Umwandlungsprodukten aus der Fettraffination (Glycidyl- und 3-MCPD-Ester) sind gesunken, gleiches gilt für Chlorat und Perchlorat, die etwa über Desinfektionsmittel in die Produkte gelangen können. Mineralölbestandteile wiesen wir zwar nach, aber nicht die möglicherweise krebserregenden MOAH (Mineral Oil Aromatic Hydrocarbons).

## Allergiegefährdung

Eltern von allergiegefährdeten Babys können wir leider keines der getesteten Produkte empfehlen. Nach einer EU-Verordnung muss Säuglingsnahrung seit gut zwei Jahren eine Mindestmenge Docosahexaensäure (DHA) – etwa aus Fisch- oder Mikroalgenöl – enthalten. Seit Februar gilt das auch für die hydrolysierten Anfangsnahrungen (HA). In unserem Einkaufszeitraum bis März fanden wir allerdings nur Produkte alter Chargen. Diese dürfen abverkauft werden, allerdings ist die EU-Verordnung bereits seit Jahren bekannt. Vor allem Aptamil, Beba, Bebivita und Hipp reizen die Umsetzung weit aus. Darum gibt es keine HA-Produkte im Test, die die neuen Anforderungen an Zusammensetzung und Kennzeichnung erfüllen. In HA-Anfangsnahrung wird das potenziell allergen wirkende Kuhmilchprotein gespalten (hydrolysiert) und ist deshalb nicht mehr intakt. Ob dies allerdings zu weniger Allergien führt, wird von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) für einzelne Produkte geprüft. Derzeit hat es die EFSA für keine einzige Pre-Nahrung bestätigt.

## Wichtige Zusätze

Die Nährstoff-Zusammensetzung von drei getesteten hydrolysierten Anfangsnahrungen der Marken Aptamil, Bebivita und Hipp ist nur durchschnittlich. Sie enthalten

wenig bis keine der mehrfach ungesättigten Fettsäuren Docosahexaensäure und Arachidonsäure, die auch in Muttermilch vorkommen. In Kombination sind sie für die kindliche Entwicklung etwa des Gehirns wichtig. Die Hypoallergene Anfangsnahrung von Bebivita enthält überhaupt keine Docosahexaensäure (DHA), die Produkte von Aptamil und Hipp nur wenig. Dem Bebivita-Produkt fehlt zudem Arachidonsäure (ARA). Im Gegensatz zu DHA ist die Fettsäure ARA in Säuglingsnahrung nicht vorgeschrieben. Fachleute kritisieren dies. Der Zusatz von DHA ohne Arachidonsäure sei demnach nicht auf Sicherheit und Wirksamkeit getestet worden. Die Empfehlung lautet deshalb, beide Fettsäuren gemeinsam zuzusetzen. Im Test gab es deshalb Punktabzüge für Produkte, die wenig oder keine ARA enthalten. Ob Arachidonsäure enthalten ist, lässt sich auf der Zutatenliste als „Öl aus Mortierella Alpina“ ausgewiesen.

## Fragwürdige Zutaten

Palmöl ist eine häufige Zutat von Babyanfangsmilch. Große Ölpalmen-Plantagen in den Tropen sind jedoch eine Gefahr für Regenwald, Tiere und Klima (siehe hierzu unseren Beitrag „Umweltkiller“ KONSUMENT 5/22). Teilweise verweisen die Hersteller darauf, dass sie nachhaltig angebautes Palmöl einsetzen. Acht Produkte enthalten kein Palmöl, aber teilweise Kokosnussöl, dessen Anbau ähnliche Probleme verursacht wie Palmöl. Jede Pre-Nahrung im Test enthält zudem Sonnenblumenöl. Dies könnte die Hersteller wegen des Krieges in der Ukraine und der damit verbundenen Knappheit von Sonnenblumenöl vor Probleme stellen.

## MEHR ZUM THEMA

Die Testkriterien sowie Informationen zum Thema Säuglingsanfangsnahrung finden registrierte Nutzer auf [konsument.at/saeuglingsanfangsnahrung22](http://konsument.at/saeuglingsanfangsnahrung22).





## Gute Auswahl

bei gleicher Punktezahl Reihung alphabetisch

Abbildungsnummer	Marke / Bezeichnung	Inhalt in g oder ml	Mittlerer Preis/Packung in €	Mittlerer Preis/Monat in € <sup>1)</sup>	Erhältlich bei ...	Aus biologischer Landwirtschaft	TESTURTEIL	
							Erreichte von 100 Prozentpunkten	Docosahexaensäure (DHA) <sup>2)3)</sup>
<b>PULVERFÖRMIGE PRE-NAHRUNG ZUM ANRÜHREN</b>								
1	<b>Löwenzahn Organics</b> Bio Pre Anfangsmilch	500	14,45	91,50	Gur	✓	gut (70)	✓
2	<b>Beba</b> Pre Anfangsmilch	800	16,96	67,-	Bp, Bi, D, Mü, Spa		gut (66)	✓
3	<b>dmBio</b> Anfangsmilch Pre	600	7,45	41,-	D	✓	gut (66)	✓
4	<b>Little Steps</b> Pre	500	5,77	38,-	Bp, D, Mü, Spa		gut (66)	✓
5	<b>Milupa Milumil</b> Pre Anfangsmilch	800	12,97	54,50	Bi, D, Mü, Spa		gut (66)	✓
6	<b>Töpfer Lactana</b> Bio Anfangsmilch Pre	600	11,59	63,50	Bi, Mü	✓	gut (66)	✓
7	<b>Bebivita</b> Anfangsmilch Pre	500	5,97	37,-	Bp, Bi, L, Mü, Spa		gut (64)	✓
8	<b>HiPP</b> Bio Combiotik Pre Anfangsmilch	600	11,61	60,-	Bp, Bi, D, Mü, Spa	✓	gut (64)	✓
9	<b>Aptamil Pronutra</b> Pre Anfangsmilch	800	17,95	77,50	Bi, D, Mü, Spa		gut (62)	✓
10	<b>Holle</b> Bio Pre Anfangsmilch <sup>8)9)</sup>	400	8,49	70,-	Spa	✓	gut (60)	✓
	<b>Zurück zum Ursprung</b> Anfangsmilch Pre	600	9,49	50,-	H	✓	durchschnittl. (58)	✓
<b>TRINKFERTIGE PRE-NAHRUNG</b>								
	<b>Beba</b> Pre Anfangsmilch	200	1,49	224,-	Bi, Mü, Spa		durchschnittl. (52)	✓
	<b>HiPP</b> Bio Combiotik Anfangsmilch Pre	200	1,96	353,-	Bi, D, Mü	✓	durchschnittl. (48)	✓
	<b>Aptamil</b> Anfangsmilch Pre	800 (4x200) <sup>12)</sup>	5,61	210,-	Bi, D, Gur, Spa		durchschnittl. (44)	✓
<b>HA-PRE-NAHRUNG</b>								
11	<b>Beba Expert HA</b> Pre Hydrolysierte Anfangsnahrung <sup>14)</sup>	800	16,96	67,-	Bp, Bi, D, Mü, Spa		gut (66)	✓
12	<b>Aptamil Prosyneo</b> HA Hydrolysierte Anfangsnahrung Pre <sup>15)</sup>	800	21,44	92,50	Bp, Bi, D, Mü		gut (60)	✓
	<b>Bebivita</b> Hypoallergene Anfangsnahrung Pre HA <sup>16)</sup>	500	7,69	56,50	Mü		durchschnittl. (52)	
	<b>HiPP</b> HA Combiotik Pre HA Anfangsnahrung <sup>17)</sup>	600	14,47	74,50	Bi, D, Gur, Mü		durchschnittl. (52)	✓

**Zeichenerklärung:** ✓ = ja Bi = Bipa, Bp = Billa plus, D = DM Drogeriemarkt, Gur = Gurkerl Online Shop, H = Hofer, L = Lidl, Mü = Müller, Spa = Spar  
P = Palmöl, S = Sonnenblumenöl, R = Rapsöl, K = Kokosnussöl Alle Säuglingsanfangsnahrungen waren mikrobiologisch einwandfrei. <sup>1)</sup> Berechnet nach den jeweiligen vom Anbieter empfohlenen Zubereitungsmengen für ein Baby im 3. Monat. <sup>2)</sup> Muttermilch enthält die Omega-3-Fettsäure DHA und die Omega-6-Fettsäure ARA. Die Ernährungskommission der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin (DGKJ) empfiehlt Pre-Nahrung, die sowohl DHA als auch ARA enthält. <sup>3)</sup> laut Analyse <sup>4)</sup> laut Deklaration <sup>5)</sup> Produkte mit Oligosacchariden (Mehrfachzucker) sind laut Ernährungskommission der DGKJ anhand der derzeit verfügbaren Daten nicht bevorzugt zu empfehlen. Wir haben den Zusatz von Oligosacchariden nicht bewertet. <sup>6)</sup> Ein gesundheitlicher Nutzen für gesunde Säuglinge ist laut Bundesinstitut für Risikobewertung anhand der verfügbaren Daten nicht zu erkennen. Wir haben den Zusatz von Bakterienstämmen nicht bewertet. <sup>7)</sup> führt zur Abwertung <sup>8)</sup> Laut Anbieter inzwischen Rezeptur geändert. <sup>9)</sup> mit Demeter-Siegel <sup>10)</sup> Das Urteil ist nicht vergleichbar mit den Urteilen für die pulverförmigen Produkte zum Anrühren. Wir analysierten bei ihnen die Schadstoffe direkt im Pulver. Bei den trinkfertigen Produkten wären geringere Schadstoffgehalte aus den eingesetzten Zutaten durch den Verdünnungseffekt nicht mehr bestimmbar.

## Lebensmittel-Check

### Shan'shi Kokosmilch/Kokosmilch light

## Weniger Kokos, gleicher Preis

Mit weniger Kokosnussfruchtfleisch als die reguläre Shan'shi Kokosmilch und mit Wasser gestreckt – so steht die Shan'shi Kokosmilch light in den Regalen von Billa und Spar. Dennoch kosten herkömmliche und Light-Variante gleich viel. Das ärgert die Kundschaft.

Leserin Frau K. wies uns auf das Light-Produkt hin: „Aus Versehen habe ich eine 165-ml-Dose Shan'shi Kokosmilch light gekauft statt der normalen Kokosmilch.“ Beim Vergleich fiel ihr auf: „Die Zutaten sind identisch, nur der Prozentsatz von Wasser zu Kokosnussfruchtfleisch ist verändert. Bei der Kokosmilch light kauft man teures Wasser! Denn jede Dose kostet im BILLA Online-Shop 1,49 Euro, egal wie viel Kokosanteil!“ Auch wir haben beide Zutatenlisten gelesen: Tatsächlich enthält Shan'shi Kokosmilch „normal“ unter anderem 78 % Kokosnussfruchtfleisch, der Kokosanteil der Light-Milch beträgt 40 %. Damit steckt in der Light-Version (68 kcal/100 ml) etwa halb so viel Fruchtfleisch wie im regulären Pendant (219 kcal/100 ml). Aufgrund des viel höheren Wasseranteils ist die Kokosmilch light kalorienärmer. Zusätzlicher Bestandteil der konventionellen Kokosmilch ist das Verdickungsmittel Xanthan, die restlichen Zutaten sind gleich. Positiv an Shan'shi light: Sie ist gesünder als die reguläre Variante, denn sie enthält weniger Fett.

Was meint die Mares Austria GmbH, Produzentin der Shan'shi Kokosmilch, zum einheitlichen Preis? Die Preisgestaltung erfolge im Ermessen des Handels, erfahren wir. Zudem seien die Zutaten nur dem Anschein nach dieselben, es handle sich um unterschiedliche Herstellungs- und Lieferbedingungen. Unsere Empfehlung: Seien Sie bei „light“, „vital“ oder ähnlichen Auslobungen kritisch. Vergleichen Sie Grundpreise ähnlicher Produkte und lesen Sie Zutatenlisten und Nährwerttabellen.



Foto: Marazé/Shutterstock.com, Produktfotos: Stiftung WarenTest

Regelmäßig neue Lebensmittel-Checks auf [konsument.at/lebensmittelcheck](http://konsument.at/lebensmittelcheck) und [facebook.com/lebensmittelcheck](https://www.facebook.com/lebensmittelcheck).



### VKI-TIPPS

**Stillen ist besser.** Auch wenn die Produkte im Test nicht schlecht abschneiden, sollte Säuglingsanfangsnahrung nur eine Notlösung sein. Holen Sie sich Hilfe, wenn es mit dem Stillen nicht klappt.

**Trinkfertige Milchnahrung.** Verzichteten Sie auf trinkfertige Milchnahrung. Diese Produkte sind nicht nur unglaublich teuer, sie verursachen auch enormen Müll.

AUSGEWÄHLTE MERKMALE				ERNÄHRUNGSPHYSIOLOGISCHE QUALITÄT		SCHADSTOFFE				VERPACKUNG		DEKLARATION	
				50 %	30 %	Chlorat in mg/kg in verzehrfertiger Nahrung				5 %	15 %		
Arachidonsäure (ARA) <sup>2)3)</sup>	Verwendete pflanzliche Öle <sup>4)</sup>	Mit Oligosacchariden <sup>4)5)</sup>	Mit Bakterienkultur(en) <sup>4)6)</sup>			3-MCPD-Ester in mg/kg im Produkt							
						Glycidyl-Ester in mg/kg im Produkt							
						Minerälobestandteile MOSH in mg/kg							
✓	P, S, R	✓		+	+	+	+	++	+ <sup>7)</sup>	+	+		
✓	S, R	✓	✓	+	o	+	o <sup>7)</sup>	++	+	++	+		
✓	P, S, R			+	o	+	+	++	o <sup>7)</sup>	+	+		
✓	S, R			+	o	+	o <sup>7)</sup>	++	+	+	+		
✓	S, K, R	✓		+	+	+	+	++	+ <sup>7)</sup>	+	o		
✓	P, S, R	✓		+	+	+	+	++	+ <sup>7)</sup>	++	o		
✓	P, R, S			+	o	+	o <sup>7)</sup>	+	o	+	+		
✓	P, R, S	✓	✓	+	o	+	+	++	o <sup>7)</sup>	++	o		
✓	S, K, R	✓		+	o	o <sup>7)</sup>	+	++	+	+	o		
✓	P, S, R			+	o	++	+	++	o <sup>7)</sup>	+	o		
✓	S, R			o	o	+	+	+	o <sup>7)</sup>	+	o		
✓	S, R	✓		+	o	++ <sup>10)</sup>	o <sup>7)</sup>	++	++ <sup>10)</sup>	- <sup>7)11)</sup>	o		
✓	S, R	✓		+	+	++ <sup>10)</sup>	+ <sup>7)</sup>	++	++ <sup>10)</sup>	- <sup>7)11)</sup>	o		
✓	P, K, R, S	✓		+	o	++ <sup>10)</sup>	o <sup>7)</sup>	o	++ <sup>10)</sup>	- <sup>7)11)</sup>	- <sup>13)</sup>		
✓	S, R	✓		+	o	+	o <sup>7)</sup>	++	+	+	+		
✓	P, R, K, S	✓	✓	o	+	+ <sup>7)</sup>	+	++	+	+	+		
✓	P, R, S			o	o	++	o <sup>7)</sup>	++	o	+	+		
✓	P, R, S	✓	✓	o	o	o	o	++	o <sup>7)</sup>	++	o		

<sup>11)</sup> Müllverpackung: Verpackung verursacht im Vergleich zu Pre-Nahrung in Pulverform unnötig viel Müll.  
<sup>12)</sup> auch einzeln erhältlich <sup>13)</sup> Mehrere Kennzeichnungsmängel, unter anderem sind die Angaben schlecht leserblich und wenig übersichtlich. <sup>14)</sup> Laut Anbieter inzwischen Verpackung und Kennzeichnung geändert.  
<sup>15)</sup> Laut Anbieter inzwischen Rezeptur, Produktbezeichnung und Kennzeichnung geändert.  
<sup>16)</sup> Laut Anbieter inzwischen Produktbezeichnung und Kennzeichnung geändert.  
<sup>17)</sup> Laut Anbieter inzwischen Rezeptur, Produktbezeichnung, Kennzeichnung und Design geändert.  
**Beurteilungsnoten:** sehr gut (+), gut (+), durchschnittlich (o), weniger zufriedenstellend (-), nicht zufriedenstellend (- -) **Prozentangaben** = Anteil am Endurteil **Preise:** Juli 2022

