



Næringargildi í tilbúnum barnamat og mjólkurblöndum á íslensku markaði

Nutritional content of infant commercial foods and formulas available in Iceland

Tinna Óðinsdóttir

Leiðbeinendur:
Kristjana Einarsdóttir
Birna Þórisdóttir

30 ECTS eininga lokaverkefni til MS prófs
Júní 2017



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Kynning

- Rannsókn á mataræði íslenskra ungbarna var síðast framkvæmd á árunum 2005-2007
 - Gagnagrunnur fyrir barnamat hefur ekki verið uppfærður síðan
- Hröð þróun og talsverðar breytingar á úrvali af barnamat
 - Skvísur áberandi á markaði í dag
 - Einnig grautar, krukkumatur, nasl og fleira
- Í lok árs 2016 komu nýjar ráðleggingar um næringu ungbarna
 - Sérstakur kafli um tilbúinn barnamat



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Bakgrunnur

- Samkvæmt íslenskum ráðleggingum um næringu ungbarna:
 - Frá fæðingu til sex mánaða = eingöngu móðurmjólk + D-vítamín
 - Frá sex mánaða til tveggja ára aldurs = Föst fæða samhliða brjóstamjólk/mjólkurlöndu
- Föst fæða:
 - Til að fullnægja orku- og næringarefnaþörf
 - Örva hæfileika til að flytja, tyggja og kyngja mat
- Auknar vinsældir á tilbúnum barnamat
 - Foreldrar nota til að kynna ungbörnum fyrir nýrri fæðu
 - Hvað vitum við um gæði og innihald?



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Markmið

- Kanna næringargildi og meta gæði næringarinnihalds í tilbúnum barnamat og mjólkurlöndum á íslenskum markaði
 - Greina í sundur tegundir á barnamat
 - Áferð, innihald, aldur og fleira
 - Skoða orkuneyslu ungbarna fengin úr tilbúnum barnamat og mjólkurlöndu
 - Gögn fengin úr Iceage2 rannsókn



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Aðferðir

- Gagnasöfnun – haust 2016
 - Matvöruverslanir á höfuðborgarsvæðinu
 - Teknar myndir af umbúðum
 - Heimasíður, tölvusamskipti við framleiðendur, erlendir gagnagrunnar
- Gagnagrunnur – notast við Microsoft Excel
 - Upplýsingar um 254 mismunandi vörur
 - 26 mismunandi framleiðendur
 - Þar af 5 áberandi stórir framleiðendur (u.þ.b. 74% af vörunum)
- Gagnagrunnur fyrir ungbarnamat verður sameinaður við gagnagrunn sem var þróaður fyrir Landskönnun 2010-2011



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD



Niðurstöður

- Gagnagrunnur
 - Barnamat tilbúinn til neyslu → 174 vörur (68,5%)
 - Skvísur, krukumatur, plastílát
 - Mjólkurblöndur → 24 vörur (9,4%)
 - Þurrvara blandað í vatn/mjólk → 22 vörur (8,7%)
 - Þurrvara → 21 vara (8,3%)
 - Annað → 13 vörur (5,1%)
- Vörum skipt niður eftir aldri
 - Vörur ætlaðar börnum 4 mánaða og eldri → 74 vörur (29,1%)
 - Skvísur, krukumatur, plastílát → 60 vörur (23,6%)
- Úrval á barnamat hefur aukist töluvert frá því síðasta könnun var gerð á mataræði ungbarna



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MATVÆLA- OG NÆRINGARFRÆÐIÐEILD