nieuws

Kindervoeding bevat te veel suikers

nieuws

Het aanbod aan voeding speciaal op maat van kinderen in de supermarkt wordt steeds groter. 'Groeifruit', 'met minder suiker', of 'rijk aan calcium': de fabrikanten overtroeven elkaar om ouders te verleiden. Maar in dergelijke voeding zitten vaak te veel suikers en vetten. Zo scoren fruitsappen hetzelfde suikergehalte als Coca-Cola. Ouders worden op dat vlak te vaak misleid, ze denken gezond bezig te zijn, maar het is niet altijd zo. Dat blijkt uit een onderzoek van Het Nieuwsblad op Zondag.

23 FEBRUARI 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:07

Lees meer over:
gezondheid

In voeding op maat van kinderen zitten vaak te veel suikers en vetten. Fruitsappen of Coca-Cola scoren identiek inzake suikergehalte. Ouders worden op dat vlak te vaak misleid, ze denken gezond bezig te zijn, maar het is niet altijd zo. Dat blijkt uit een onderzoek van Het Nieuwsblad op Zondag.

Het aanbod aan voeding speciaal op maat van kinderen in de supermarkt wordt steeds groter. 'Groeifruit', 'met minder suiker', of 'rijk aan calcium': de fabrikanten overtroeven elkaar om ouders te verleiden. Het Nieuwsblad op Zondag legde twintig populaire producten voor kinderen voor aan K.U.Leuven-diëtiste Kristel Vande Kerckhove.

In 14 van de 20 onderzochte producten zitten te veel suikers of vetten. Onder meer speculaaspasta, groeifruit, roosvicee of sommige varianten van babykruidenthees, sommige ontbijtgranen en koekjes hebben een hoog suiker- en vetgehalte. Vande Kerckhove geeft ouders de volgende raad: laat fruitsap staan, want zelfs ongezoet vruchtensap bevat nagenoeg evenveel suikers als cola.

Tegelijkertijd nuanceert ze een en ander. "Het is niet nodig om van onze kinderen geheelonthouders te maken, aan een vitabiskoek of een kaasje met dipstokjes op zijn tijd, is niets verkeerd".

Bron: Belga

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada