

《儿童零食通用要求》6月15日实施

让娃娃零食穿上“标准制服”

民生
头条

□ 记者 唐飞 文/图

今天是“六一”国际儿童节，很多家长为孩子们庆祝节日时，总少不了购买各式各样的零食。然而，挑选零食也不是一件易事，那些多油、多盐、多糖，以及添加了防腐剂、人工色素的零食往往会影

【新标准】 儿童零食不许使用防腐剂、人工色素

新的《儿童零食通用要求》将于6月15日起实施，也结束了儿童零食在团体标准的“真空”，这对儿童食品的安全有了一定保证。5月29日，记者从市市场监督管理局了解到，这份新规在本质属于团体标准而不是国家标准，并不强制实行，只是一种推荐标准。

在新标准中，儿童零食是指适合3~12岁儿童食用的零食。新标准考量了儿童身体的耐受性、排解能力以及健康饮食习惯的养成需求等，对儿童零食在营养健康以及安全性两个方面做了明确规定。比如，儿童零食所使用油脂不应含有反式脂肪酸，不能使用经辐照处理的原料。此外，还提出了少添加糖、盐、油的规定，并要求规定氯化钠、蔗糖、脂肪的限值；不允许使用防腐剂、人工色素、甜味剂；零食不能“崩到小牙”；包装强制标出过敏原等。

【记者探访】 大多零食没有“儿童零食”标识

5月29日，记者来到城区几家大型超市以及校园周边的便利店、零食店进行实地探访。在双岗路一家超市内，记者并未看到“儿童零食”专区，在普通的零食区，货架上摆放着饼干、果冻、巧克力、糖果等各式各样的食品饮料。但其中，几乎没有某一种食品或饮料明确标注了“儿童零食”等相关字样，也很少有食品饮料会注明适合食用该产品的年龄等特征。采访中记者发现，消费者对商品是否是“儿童零食”的判定，主要依据常识与外包装，那些外观设计会突出儿童元素，选取鲜艳活泼的



各种零食的艳丽包装吸引着顾客购买

颜色和可爱的卡通形象的零食，往往会被消费者认为是“儿童零食”。

记者从货架上随机选取了从包装上带有“儿童”元素的饼干、糖果、酸奶等货物，查看其配料表信息发现，部分饼干和薯片等明确标注了过敏原，而多数饮料没有交代含有的致敏物质。在安全性方面，多款食品使用了防腐剂、人工色素、甜味剂等。

在回祥路菱北中心小学附近一便利店内，网红辣条、手撕鸡筋、泡椒凤爪等“五毛”食品五花八门，摆放在店门口最显眼的位置，吸引了不少小学生的注意。记者随机选取了几件产品，对其配料等信息进行查看发现，这些零食中，钠的含量非常高，其中以一款以小麦粉为主配料的辣条为例，每100g含钠2860mg，占营养素参考值的143%，而在新标准中，钠的含量应小于等于120mg/100g。

在选购零食方面，很多家长也有纠结。在祥和路一家超市的零食货架前，市民胡心悦告诉记者，她家的宝宝3岁了，平时她会给孩子买些蛋糕、海苔等小食品，但挑选时会格外注意品牌和营养成分，尽量不去挑选那些含糖、油较多的零食。另一位宝妈林玉琴说，她的孩子今年6岁，平时爱吃咸辣的食品，如辣条、薯片等，“我也知道孩子吃这些零食不好，但让孩子绝对不吃很难，只能尽量减少购买次数，以及挑选那些大品牌的产品。”

【营养专家】 可选择强化食品作为零食

市市场监督管理局食品生产安全监管科科长胡曹杰提醒广大消费者，购买零食时应选择正规厂家生产的产品，并看食品外包装上是否标明商品名称、配料表、厂名、厂址、生产日期、保质期、产品标准号等内容，同时注意食品是否

超过保质期。

市市场监督管理局食品流通安全监管科科长汪海洪表示，为保障校园周边食品安全，我市每年都会开展专项整治行动。行动以校园及其周边300米范围内的食品经营户为重点，以销售价格五元以内的儿童喜欢购买的小食品，如“五毛”、“一元”的油炸食品、面制品、膨化食品、饮料等为重点品种，集中力量开展整治，重点解决无证无照从事食品经营问题、进货渠道不明和索证索票不全问题、经营超范围和超限量使用食品添加剂等不符合食品安全标准的食品问题，杜绝校园周边食品经营者的违法行为。

如果符合新规的“儿童零食”，就可以放心购买、撒开嘴吃了么？营养专家表示，也并不是这样。零食中限盐限糖、不含反式脂肪酸，在健康程度上是有进步的，但是这也并不意味着儿童零食就能变成健康食品。和成人一样，儿童每日的盐、糖也都有限制。以盐为例，成人每天从食物中获取的盐应少于5克，考虑到儿童能量需求低，钠的需求量更低。而和成人一样，我国很多儿童日常盐摄入量也已经很高了，所以即便零食中减盐减糖，仍然有日常盐摄入量会出现超标的情况。

营养专家表示，儿童青少年是正处于长身体的阶段，两餐之间可以加一些零食，可以补充必须的营养。但膨化食品、碳酸饮料、冰淇淋等，都应当是被列入零食“黑榜”。提供怎样的零食还要根据青少年的个人体质差异有所区别。针对青少年的健康状况，可选择强化食品作为零食。比如，对孩子缺钙，可选用钙质饼干或增加饮奶量或奶制品等；对缺铁的，可选择强化铁元素的食品。对已经超重或肥胖的青少年，要严格控制零食的种类和供应量，一定要做到零食的低脂、低糖和低盐的原则。

“六一”天气多云为主 带娃出门“撒欢”吧

本报讯（记者 程呈）今天是6月的第一天，也是“六一”国际儿童节，天气也给孩子们送来一份节日礼物：适宜外出游玩的好天气。据天气预报显示，今天没有雨，天气以阴转多云为主，最低气温在23℃上下，最高气温为30℃左右，气温较舒适。有了云层的遮挡，阳光失去了往日的“热烈”，家长们可放心带娃出门进行室外活动，陪孩子过一个丰富多彩的儿童节。

告别5月后，新的一周又开始了。虽然已经是初夏，但是本周内阳光不会很强烈，多云为主的温和天气还将持续，天气比较舒适宜人。不过未来几天雨水还是和我们偶有瓜葛，时不时会有雨水“报到”，天气也在好坏间游离，大家要多注意及时关注天气变化，若有雨水要携带雨具。

由于入夏后，紫外线比较强烈，长时间在户外活动最好采取防晒措施。初夏时节，虽然有时最高温度达到30℃，让人们感觉炎热，但早晚仍有8、9摄氏度的温差。因此，衣着方面要注意及时添衣减衣，避免大量出汗吹风后着凉生病。

另外，进入6月后，梅雨季也就为时不远了。一想到梅雨，大家似乎心情都不好了，没完没了的雨配上怎么也晾不干的衣服，家中墙面和家具都会有霉菌生长出来，梅雨简直就是“霉雨”。所以，在梅雨季节到来前做好防霉措施很有必要。梅雨季节，尽量不开启室内的朝南窗户和推拉门，不给窗外的湿气任何潜入的机会，保持室内干燥。可以购买除湿剂放置在室内或柜子内除湿，或打开空调除湿。



近日安庆天气情况：

今日，阴转多云，23-30℃；明天，雷阵雨转大雨，22-28℃。