



KAMPAGNER OG PROJEKTER - SLUTRAPPORT

Næringsstofindhold i Kiks og kager

Projekt J. nr.: 2003-20-64-00239

BAGGRUND OG FORMÅL

Fødevarestyrelsen har i samarbejde med DTU Fødevareinstituttet kortlagt indholdet af næringsstoffer i kiks og kager på det danske marked.

Der er behov for næringsstofdata for nye typer kiks og kager samt for revision af ældre tabelfdata i Fødevaredatabanken. Tabelfdata bruges i mange sammenhænge, bl.a. til beregning af danskernes indtag af næringsstoffer, og til anbefalinger og vejledning af befolkningen om sammensætning af kosten.

Undersøgelsen omfatter i alt 211 enkeltprøver og 5 gennemsnitsprøver af kiks og kager, alle industrielt fremstillede. Prøverne er udtaget så repræsentativt som muligt for udbuddet på det danske marked.

METODE OG RESULTATER

Prøverne er fordelt på 25 varetyper:

Småkager: brunkage, cookie, havreflage, hvede (traditionelle danske), klejne, pebernød, med lavt sukkerindhold.

Kager, øvrige: kokoskage, marcipanprodukt (kransekage o.l.), roulade, skærekage, trøffelprodukt, tørkage.

Kiks, diverse: cracker, digestive, grove, rug.

Kiks, søde: havre, havre med chokolade, hvede (Marie-kiks), hvede med chokolade, hvede dobbelte.

Øvrige varetyper: kammerjunker, müslibar, vafler til is.

For 5 varetyper er der også undersøgt en gennemsnitsprøve bestående af 16-20 forskellige produkter af samme type: digestive, grov kiks, Marie-kiks, samt skærekage og småkage (havreflage).

Prøverne er udtaget i perioden februar-december 2006. Produkter med næringsdeklaration er udtaget via Fødevareregionerne, mens produkter uden næringsdeklaration er indkøbt i detailbutikker i Århusområdet.

Alle prøver er analyseret for energigivende næringsstoffer: fedt, fedtsyrer, protein, kulhydrat (stivelse, sukkerarter, kostfibre), tørstof, aske samt natrium og chlorid. Gennemsnitsprøver er yderligere analyseret for vitaminer (B₁-, B₂- og B₆-vitamin, niacin, pantothensyre, biotin, folat), mineraler (natrium, chlorid, kalium, calcium, magnesium, phosphor, jern, kobber, zink, jod, mangan) og spormetaller (chrom, selen, nikkel, cadmium).

Energiindholdet i kiks og kager er generelt højt og varierer for kager fra ca. 1600-1900 kJ pr. 100 g, for kiks og müslibar fra ca. 1800-2100 kJ pr. 100 g og for småkager, kammerjunkere og vafler fra ca. 2000-4000 kJ pr. 100 g.

Fedtindholdet varierer noget både inden for den enkelte varetype og typerne imellem. Det højeste gennemsnitsindhold findes i klejner, 41 g pr. 100 g, og det varierer i øvrige typer fra 11-27 g pr. 100 g.

Ligeledes varierer indholdet af *mættede fedtsyrer* noget, såvel inden for den enkelte varetype som typerne imellem. Gennemsnitsindholdet varierer i kager fra ca. 2-20 g, i kiks fra 5-14 g, i småkager fra 7-15 g, i müslibar og vafler fra 7-22 g mættede fedtsyrer pr. 100 g prøve.

Sukkerindholdet er højest i kager (36-55 g pr. 100 g) og lavest i f.eks. kiks til ost og grovkiks (5-21 g pr. 100 g).

Kostfiberindholdet er kun af betydning i kokoskage, rug- og grovkiks (ca. 5-6 g pr. 100 g).

Saltindholdet varierer en del, både inden for den enkelte varetype og typerne imellem. Det er generelt højest i kiks, fra ca. 0,4-1,8 g pr. 100 g, og for øvrige varetyper fra ca. 0,1-0,6 g pr. 100 g.

Næringsdeklarationer er vurderet for 139 prøver med deklaration, og der blev fundet 66 fejl fordelt på 41 prøver.

KONKLUSION OG VURDERING

Undersøgelsen viser, at energiindholdet i industrielt producerede kiks og kager på det danske marked generelt er højt. Det varierer for kager fra 1600-1900 kJ pr. 100 g, for kiks og müslibar fra 1800-2100 kJ pr 100 g og for småkager fra ca. 2000-4000 kJ pr. 100 g.

Fedtindholdet varierer noget både inden for den enkelte varetype og typerne imellem. Det højeste gennemsnitsindhold findes i klejner, 41 g pr. 100g, og det varierer i øvrigt fra 11-27 g pr. 100 g. Gennemsnitsindhold af mættede fedtsyrer i varetyperne ligger fra 2-22 g pr. 100 g.

Saltindholdet varierer en del, fra 0,1-1,8 g pr. 100 g.

Blandt 139 prøver med næringsdeklaration blev der fundet 66 fejl fordelt på 41 prøver.

Projektledere: Pia Knuthsen, DTU Fødevareinstituttet pknu@food.dtu.dk, Erling Saxholt, DTU Fødevareinstituttet esax@food.dtu.dk

Kontaktperson: Hanne Høberg Hansen, Fødevarestyrelsen hjh@fvst.dk

Analyselaboratorium: Fødevareregion Vest, Århus

Projektansvarlig: Kirsten Skovmand Hansen

Sikkerhed, sundhed og vækst fra jord til bord