

Miten tunnistat lastenruokalaatuiset lastenruoat muista lapsille suunnatuista elintarvikkeista?

Lastenruokien tärkeimmät hyödyt tavallisiin elintarvikkeisiin nähden:

- ✓ Suositusten mukainen ravitsemuksellinen laatu ja koostumus
- ✓ Tiukemmat rajat vierasaineille
- ✓ Lopputuotteessa ei sallita kasvinsuojeluainejäämiä
- ✓ Vähemmän sallittuja lisäaineita
- ✓ Ei väri-, säilöntä- eikä makeutusaineita

✓ Ikämerkinnästä tunnistaa lastenruokalaatuisen lastenruuan. Esimerkiksi **”Lapsille 6 kk:n iästä alkaen”** tai **”12 kk iästä alkaen”**.

✓ Tällöin lastenruokatuotteiden koostumus, ravitsemus ja turvallisuus on suunniteltu erityisesti alle 3-vuotiaille lapsille sopivaksi lastenruokia koskevan lainsäädännön mukaisesti.

Valitessasi lastenruokaa kiinnitä huomioita ikämerkintään, jotta tuote on tutkitusti sopiva lapsellesi.



Miksi lastenruokalaatuisia elintarvikkeita tarvitaan?

- 1 Imeväiset ja alle 3-vuotiaat pikkulapset ovat erityisen herkkä ja haavoittuvainen kuluttajaryhmä.
- 2 Heillä on aikuisiin verrattuna ravitsemuksellisesti erilaiset tarpeet sekä ruuan koostumuksen, että siihen käytettyjen raaka-aineiden puhtauden suhteen.
- 3 Laadukas lastenruoka auttaa pikkulapsia tutustumaan turvallisesti uusien makujen ja koostumusten ihmeelliseen maailmaan.



i Lasteruokiin käytettävien raaka-aineiden laatua ja puhtautta valvotaan erityisen tarkasti sekä toimijoiden omavalvonnan että viranomaisvalvonnan kautta.

Raaka-aineiden sisältämien vierasaineiden, kuten kasvinsuojeluainejäämien, homemyrkkujen ja raskasmetallien pitoisuuksille on säädetty erittäin tiukat raja-arvot.

Lastenruokatuotteet on kehitetty pikkulasten eri ikäryhmien ravitsemustarpeisiin sopiviksi noudattaen lainsäädännön vaatimuksia ja ravitsemussuosituksia.

