

MARKTCHECK DER VERBRAUCHERZENTRALEN: MIT VITAMIN D ANGEREICHERTE LEBENSMITTEL

Vitamin D darf nur bestimmten Lebensmitteln zugesetzt werden

Nur Margarinen, Streichfette und in der EU zugelassene UV-behandelte Lebensmittel* dürfen mit Vitamin D angereichert werden.

Für alle anderen Lebensmittel ist der Zusatz von Vitamin D in Deutschland verboten, es sei denn der Hersteller hat eine Zulassung über eine Ausnahme-genehmigung oder Allgemeinverfügung erhalten.



Laut Bundesinstitut für Risikobewertung sollen neben Margarinen und Streichfetten nur **Milchprodukte und bestimmte Getreideprodukte mit Vitamin D angereichert werden.**



* Durch UV-Bestrahlung kann der Vitamin-D-Gehalt von Lebensmitteln erhöht werden. Nach Novel Food Verordnung ist das für Milch, Speisepilze, Bäckerhefe und Brot zugelassen.

Ergebnisse des Marktchecks

112 Vitamin D-angereicherte oder UV-behandelte Produkte im stationären Handel (Discounter, Supermärkte, Drogeriemärkte und Reformhäuser) wurden erfasst:



68 Produkte dürften gar nicht auf dem Markt sein, da sie **keine Zulassung für eine Vitamin D-Anreicherung hatten.**

48 der erfassten Produkte waren **Getränke, Milchersatzprodukte und Süßigkeiten.** Diese sollten laut Bundesinstitut für Risikobewertung nicht mit Vitamin D angereichert werden.

13 Produkten wurde **zu viel*** Vitamin D zugesetzt.

Die **UV-behandelten** Lebensmittel hielten die Vorgaben ein.

* Mehr als die vorgeschlagenen Höchstmengen des Bundesinstituts für Risikobewertung

Forderungen der Verbraucherzentralen



An die Lebensmittelunternehmen:

Rechtliche Vorgaben einhalten:

- Lebensmittel nur mit Vitamin D anreichern, wenn es erlaubt ist
- bei der Anreicherung die Höchstmengen einhalten



An die Lebensmittelüberwachung:

Bessere Kontrolle:

- Produkte, die trotz Verbot verkauft werden, aus dem Handel nehmen



Überhöhte Vitamin D-Aufnahme möglich

Es besteht die Gefahr, die angemessene Vitamin D-Zufuhr durch angereicherte Lebensmittel zu überschreiten:

Rechenbeispiel für ein 10-jähriges Kind mit 40 kg Körpergewicht



Mahlzeiten	Davon mit Vitamin D angereicherte Lebensmittel	Vitamin D in µg
Frühstück	Vollkornweizencerealien (40 g)	1,7
	Milchersatzprodukt Haferdrink (150 ml)	1,1
	Mehrfrechtsaft für Kinder (150 ml)	3,7
Zwischendurch	Haferflockenriegel gebacken, mit gemischten Beeren (24 g)	2,7
Mittagessen	Friskäsezubereitung mit Früchten (100 g)	1,3
Zwischendurch	Immun-Smoothie für Kinder (90 g)	5,0
Abendessen	Käsestangen aus schnittfestem Mozzarella und Gouda (40 g)	2,5
	Dinkelvollkornbrot mit Vitamin-D-Hefe (100 g)	1,6
	Margarine (10 g)	0,7

Tägliche Aufnahmemenge durch angereicherte Lebensmittel **20,3 µg**

Höchstmengenvorschlag des Bundesinstituts für Risikobewertung zur Aufnahme von Vitamin D aus angereicherten Lebensmitteln des allgemeinen Verzehrs

10 µg/Tag

verbraucherzentrale

Quelle: „MIT VITAMIN D ANGEREICHERTE LEBENSMITTEL“ Marktcheck der Verbraucherzentralen im stationären Handel, Oktober 2021 | © Verbraucherzentralen | Das Projekt wird vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft gefördert.

www.verbraucherzentrale.de