

**Pozitivní výsledek** testu MF DNES: bonbony obohacené vitaminy neobsahují umělá barviva, která jsou dávana do spojitosti s dětskou hyperaktivitou.

# Na denní dávku vitamínu C by bylo potřeba až 128 bonbonů

**Z**kuste si zodpovědět jednu kvízovou otázku. Na vedlejší straně vidíte 128 bonbonů seskládaných do tvaru písmene C. Právě tolik by jich dítě muselo sníst, aby pokrylo jeho doporučenou denní dávku vitamínu C.

Dotázka zní:

Kolik myslíte, že je v nich cukru?

Celkem 141 gramů – tedy 35 kostek.

Slušná porce.

Je samozřejmé, že nikdo nebude krmit děti sladkostmi kvůli vitamínům. Tento extrémní případ jsme zvolili záměrně. Ukazuje, jak se to má s bonbony obohacenými vitaminy, u kterých mohou mít rodiče dojem, že kupují dětem „něco zdravějšího“.

„Čečko“, jehož obsah jsme zjišťovali v testu, v nich skutečně je. Obvykle je však doprovozeno pořádnou dávkou cukru.

Test šestnácti bonbonů obohacených vitaminy přinesl i další zjištění:

– Neobsahují umělá barviva, která bývají dávana do souvislosti s projevy hyperaktivity u dětí. To je velmi pozitivní.

– Jejich obaly občas mohou vyvolávat dojem, že bonbony obsahují ovocné šťávy, které v nich však nejsou vždy.

**Kolik je v nich vitamínů?**

Naměřený obsah vitamínu C v jednotlivých bonbonech byl velmi rozdílný. Pohyboval se od 52 až po 1 041 miligramů ve 100 gramech výrobku.

Zatímco u Vibovitu ZOO stačí k naplnění denní doporučené dávky jen necelé dva bonbony, třeba u Lípa bychom jich potřebovali 86 a u Bon Pari 31.

Ve všech případech odpovídal obsah vitamínu C hodnotě uvedené na obalu nebo byl vyšší. Do potravin se přidává ve formě kyseliny askorbové, která je nestabilní a s přibývajícím

časem její množství klesá. Proto je dovoleno, aby se jeho množství pohybovalo v rozmezí od 50 procent nad uvedenou hodnotou až po 35 procent pod ní. U potravinových doplňků, prodávaných v lékárnách, mezi které v testu spadá Vibovit a Rakytňiček, se tyto limity pohybují od -20 procent do +50 procent.

Velký rozdíl mezi uváděným a naměřeným obsahem vitamínu C zjistil test prováděný v laboratořích Vysoké školy chemicko-technologické pouze u multivitaminových želatinek Rakytňiček. Místo deklarovaných 24 mg/100 g to bylo ve skutečnosti 110 mg/100 g.

„Uváděný obsah vitamínu C se vztahuje jen na přidanou kyselinu askorbovou,“ vysvětluje Terezia Svátová ze společnosti Terezia Company. „Nezahrnuje tedy vitamín obsažený v sušené rakytníkové šťávě a ovocných koncentrátech. Jsou to přírodní produkty, u kterých může obsah vitamínů kolísat v závislosti na druhu, původu rakytníku, na počasí, termínu sběru a způsobu zpracování,“ dodává Svátová.

Podle potravinářské inspekce by měl být na obale uveden celkový obsah vitamínu bez ohledu na to, zda pochází z přírodního zdroje nebo byl přidán v syntetické formě.

„Doplňek stravy, u něhož je čtyřnásobně překročeno deklarované množství účinné látky, bychom považovali za nesprávně označený,“ konstatoval tiskový mluvčí Státní zemědělské a potravinářské inspekce Pavel Kopřiva. „Základním principem při označování po-

travin je, že by spotřebitel měl dostat přesnou informaci o tom, jaké látky a v jakém množství v potravinách konzumuje.“

Údaje o obsahu vitamínu C a jeho podílu na celkové doporučené denní dávce byly matoucí i u dalších bonbonů. Někteří výrobci totiž uvádějí jen obsah vitamínů ve 100 gramech výrobku, který toho moc neřekne.

Číslo jako „59 % DDD“ (tak je v nutričních tabulkách označována denní doporučená dávka) nebo „183 mg/100 g“ se zdají vysoká, ale o skutečném množství vitamínu C moc nevyovídají. Spotřebitel by se jistě raději dozvěděl, kolik bonbonů je v balení a jakou část denní dávky vitamínu C pokryjí.

**Kde berou barvu?**

Test přinesl také velmi dobrou zprávu. Ukázalo se, že výrobci používají k barvení bonbonů v naprosté většině přírodní barviva, ačkoli jsou výrazně dražší než barviva syntetická.

Umělé barvivo analýzy prokázaly jen u jednoho vzorku – Hors Wild strawberries, kde ho ale výrobce na obale přiznává. Barvivo indigotin (E132) navíc nepatří do skupiny azobarviv, u kterých má výrobce povinnost varovat o možných zdravotních rizicích (viz Některá... vpravo).

V testu však byly jen dražší bonbony s přidanými vitaminy. U nejlacinějších sladkostí by to možná dopadlo jinak. Svědčí o tom výsledky kontrol potravinářské inspekce, která často nachází v cukrovinkách nedeklarovaná umělá barviva (viz sloupec vlevo).

**Je tam ovoce, nebo není?**

Matoucí může být i zobrazení ovoce na obalech bonbonů. Může vzbuzovat dojem, že je v bonbonech obsaženo (například v podobě ovocné šťávy). Ovocnou chuť však často dodávají jen umělá aroma.

Například na sáčku bonbonů nimm2 je obrázek připomínající citron, i když v bonbonech není obsažen. „Na obale jsou zobrazeny rozemáté postavičky, které lze sestavit z jednotlivých želé bonbonů. Předpokládá se, že na obale vyobrazeno ovoce, není správné a nebylo to naším záměrem. Ovoce s očima a ústy v přírodě neexistuje,“ vysvětluje Pavel Voita z firmy Storck.

Podobně je to i s želatínovými medvídky JoJo. „Na obale jsou piktogramy, které označují příchutě bonbonů, nikoli reálné ovoce. Platná legislativní úprava značení obalů používání obrýsů ovoce v případě použití aromatu nezakazuje,“ říká Andrea Brožová ze společnosti Nestlé Česko.

Ministerstvo zemědělství v současné době připravuje změnu vyhlášky o označování, která má situaci zpřehlednit.

**Expert: raději ovoce než umělé vitaminy**

Odborníci na výživu navíc upozorňují, že zdravým dětem není nutné přidávat vitaminy. Všechno, co potřebují, by měly získat ze stravy.

„Bonbony nemůžeme dětem kupovat jen proto, že je na nich napsáno, že jsou zdrojem vitamínu C,“ říká nutriční terapeutka Věra Boháčová z Poradenského centra Výživa dětí. Lepší jsou podle ní přirozené zdroje vitamínů, tedy ovoce a zelenina, protože obsahují i další nutričně cenné látky. Přídavek vitamínů by měl být vyhrazen jen pro zvláštní případy, kdy hrozí jejich nedostatek – třeba v době nemoci.

**Hana Večerková**

## Pozor na potraviny s umělými barvivy

V těchto cukrovinkách našla Státní zemědělská a potravinářská inspekce v poslední době nepříznava syntetická barviva:

### Babeto Cobra X,

želé s ovocnou příchutí

tartrazin (E102), brilantní modř FCF (E133) a allura červená AC (E129) země původu: Turecko  
dovozce: Clip Králův Dvůr

### Cukrová rýže barevná

brilantní modř FCF (E133) země původu: Itálie  
výrobce: Ivan Starý Ústí nad Labem

### Bonita Pool, sušenky s karamelami

allura červená AC (E129), brilantní modř FCF (E133) země původu: Turecko  
dovozce: Luka HK, Opatovice n. L.

### Cukrářská modelovací hmota

brilantní modř FCF (E133) výrobce: Jan Lasák-Lasákovy  
cukrovinky, Píšť, ČR

### Rainbow belts

žlutá SY (E110), tartrazin (E102), brilantní modř FCF (E133) a allura červená AC (E129).  
země původu: Španělsko  
dovozce: Luka HK Hradec Králové

### Star's Levinda karamely

tartrazin (E102) a brilantní modř FCF (E133) země původu: Turecko

### Cukrové ozdoby

ponceau 4R (E124) výrobce: Jan Lasák - Sanda Píšť, ČR

### Kokoskmen

ponceau 4R (E124) a tartrazin (E102) výrobce: Jan Lasák - Sanda Píšť, ČR

### Lízátko Z lísky

Překročeno nejvyšší přípustné množství barviva ponceau 4R.  
výrobce: Jung - Industry Opava, ČR

### Topy music, pískačká lízátka

brilantní černá BN (E151) a allura červená AC (E129) země původu: Turecko  
prodejce: Ed. Haas CZ Čejč

## Výsledky testu: Syntetická barviva jsme našli jen v jednom vzorku

| Vibovit ZOO   | Multivitamin bonbons  | dm Das gesunde Plus  | Spar Multivitamin Bonbons  |
|---|---|--|--|
|    |   |   |   |
| želé bonbony (doplňek stravy)<br><b>cena za 100 g:</b> 80 Kč<br><b>cena za balení:</b> 179 Kč/225 g (lékárna Benu)<br><b>distributor:</b> Teva Pharmaceuticals ČR<br><b>uvedená barviva:</b> extrakt z papriky, chlorofyliny  | furé multivitaminové bonbony<br><b>cena za 100 g:</b> 10 Kč<br><b>cena za balení:</b> 29.90 Kč/300 g (Kaufland)<br><b>vyrobena:</b> v Německu<br><b>uvedená barviva:</b> žádná  | dětské bonbony proti kašli s obsahem vitamínů a s umělým sladidlem<br><b>cena za 100 g:</b> 33 Kč<br><b>cena za balení:</b> 24,90 Kč/75 g (dm market)<br><b>vyrobena:</b> v Německu<br><b>uvedená barviva:</b> potravinářská barviva   | citronové a pomerančové bonbony s 10 vitaminy<br><b>cena za 100 g:</b> 13 Kč<br><b>cena za balení:</b> 19,90 Kč/150 g (Interspar)<br><b>vyrobena:</b> pro Spar v Německu<br><b>uvedená barviva:</b> kurkuma, červená řepa  |
| <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci a je hodně vysoký – doporučenou denní dávku dodají dva bonbony. Vibovit je na trh uváděn jako doplňek stravy, obal obsahuje povinné údaje, chybí pouze: „určeno dětem od 3 let“ – obrázek se symbolem 3+ nestačí. Uveden je jen distributor, nikoliv výrobce nebo země původu (není to však povinné).<br><b>obsah vitamínu C:</b> 1 041 mg/100 g | <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C je vyšší, než uvádí výrobce. Denní dávku dodají tři bonbony. Údaje pro spotřebitele jsou ve 14 jazycích, ty české jsou chybné a neúplné (kyselina foliová neexistuje – je to kyselina listová, uhlohydráty je zastaralý výraz pro sacharidy, chybí nutriční hodnoty). Deklaruje-li výrobce přídavek vitamínů, musí uvést tabulku s výživovými hodnotami.<br><b>obsah vitamínu C:</b> 473 mg/100 g | <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklarovanému. Denní dávku dodá 6 bonbonů. Údaje na obalu nejsou v pořádku. Nestáčí napsat ve složení pouze „sorbit“, musí být uvedeno, že se jedná o sladidlo (otázka je, zda jsou bonbony se sladidly vhodné pro děti). Ačkoli je na obale uveden obrázek jablek i hrušek, ve složení najdeme jen jablečnou šťávu, hruškovou ne.<br><b>obsah vitamínu C:</b> 450 mg/100 g | <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C je vyšší, než uvádí výrobce. Denní doporučenou dávku dodají čtyři bonbony. Obrázky ovoce na obale mohou být matoucí, pomeranč je v bonbonech zastoupen pomerančovou šťávou, citron ale jen ve formě kyseliny citronové a aroma. Infomace pro spotřebitele jsou velmi špatně čitelné a v české verzi neúplné.<br><b>obsah vitamínu C:</b> 384 mg/100 g      |
|    |   |   |   |
| multivitaminové želatinky s rakytníkem (doplňek stravy)<br><b>cena za 100 g:</b> 88 Kč<br><b>cena za balení:</b> 245 Kč/280 g (lékárna Benu)<br><b>výrobce:</b> Terezia Company ČR<br><b>uvedená barviva:</b> žádná   | želé s ovocnými příchutěmi<br><b>cena za 100 g:</b> 17 Kč<br><b>cena za balení:</b> 13,90 Kč/80 g (Interspar)<br><b>výrobce:</b> Nestlé Česko<br><b>uvedená barviva:</b> karoteny   | komprimát s ovocnými příchutěmi a vitamínem C<br><b>cena za 100 g:</b> 31 Kč<br><b>cena za balení:</b> 8,90 Kč/28,5 g (Kaufland)<br><b>výrobce:</b> Nestlé Česko<br><b>uvedená barviva:</b> karoteny   | komprimát s ovocnými příchutěmi a vitamínem C<br><b>cena za 100 g:</b> 17 Kč<br><b>cena za balení:</b> 4,90 Kč/28,5 g (Lidl)<br><b>výrobce:</b> neuveden<br><b>uvedená barviva:</b> karoteny   |
| <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje žádná barviva. Naměřený obsah vitamínu C výrazně převyšuje deklarovaných 24 mg/100 g. Spotřebitel tak nedostává přesnou informaci o výrobku. Denní doporučenou dávku vitamínu C zajistí 19 bonbonů. Bonbony jsou na trh uvedeny jako doplňek stravy (obsahují rakytníkovou šťávu).<br><b>obsah vitamínu C:</b> 110 mg/100 g  | <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Denní dávku pokryje 26 bonbonů. Vyobrazení jahody, pomeranče, citronu a jablka na obalu může být pro spotřebitele matoucí. Zatímco jablko je v bonbonech zastoupeno přírodní šťávou, ostatní vyobrazené ovoce je v nich jen ve formě umělých aromat.<br><b>obsah vitamínu C:</b> 89 mg/100 g  | <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci, ovšem způsob, jakým je uveden, může být matoucí. Je vyjádřen v přepočtu na 100 gramů, takže se zdá hodně vysoký (uvedeno je, že pokryje 59 % denní dávky). Celá rulička má však jen 28,5 gramů, člověk by musel sníst pět balení (86 bonbonů), aby získal denní dávku vitamínu C.<br><b>obsah vitamínu C:</b> 62,3 mg/100 g                                      | <b>CO ZJISTIL TEST</b><br>Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Jedná se nejspíš o stejný výrobek jako Lipo Besipky, hodnocení je tedy stejné. O něco nižší obsah změřeného vitamínu C je dán tím, že každý vzorek byl vyroben v jinou dobu (obsah vitamínu C s přibývajícím časem klesá). Denní dávku pokryje 94 bonbonů. Z obalu se nedozvíme jméno výrobce.<br><b>obsah vitamínu C:</b> 57 mg/100 g |

**AkcniCeny.cz**  
Nejlepší nabídky hypermarketů

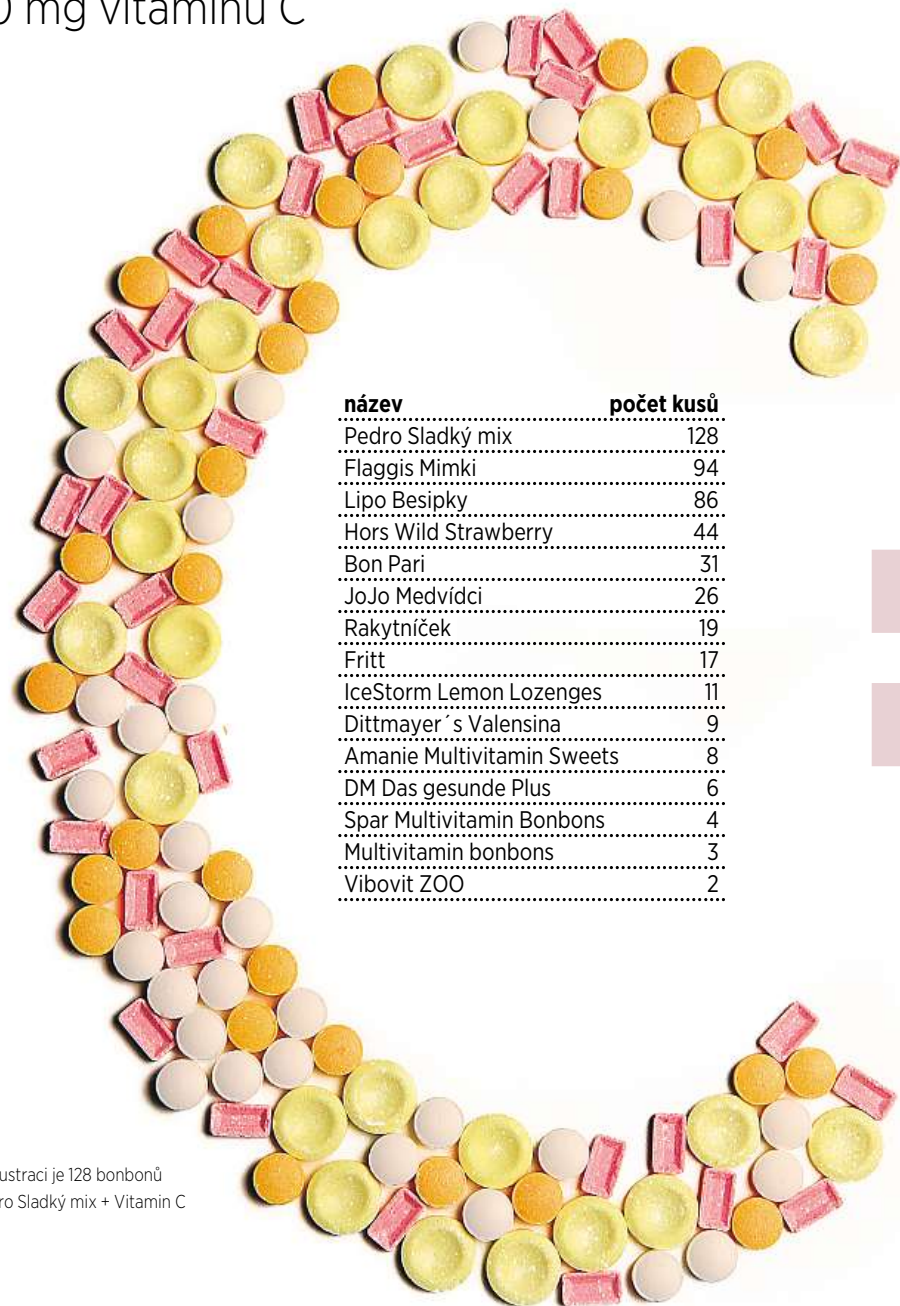
Podporujeme kvalitní výrobky!

Jsmo partnerem TEST DNES.

Všechny testy naleznete na [AktivniCeny.cz/test-dnes](http://AktivniCeny.cz/test-dnes)



Kolik bonbonů bychom museli sníst, aby bychom získali denní dávku 80 mg vitamínu C



| název                      | počet kusů |
|----------------------------|------------|
| Pedro Sladký mix           | 128        |
| Flaggis Mimki              | 94         |
| Lipo Besipky               | 86         |
| Hors Wild Strawberry       | 44         |
| Bon Pari                   | 31         |
| JoJo Medvídci              | 26         |
| Rakytňáček                 | 19         |
| Fritt                      | 17         |
| IceStorm Lemon Lozenges    | 11         |
| Dittmayer's Valensina      | 9          |
| Amanie Multivitamin Sweets | 8          |
| DM Das gesunde Plus        | 6          |
| Spar Multivitamin Bonbons  | 4          |
| Multivitamin bonbons       | 3          |
| Vibovit ZOO                | 2          |

na ilustraci je 128 bonbonů Pedro Sladký mix + Vitamin C

## Některá umělá barviva mohou u dětí vyvolávat hyperaktivitu

Jásavou červenou, oranžovou či sytě zelenou dávají bonbonům barviva. Obešly se bez nich (v potravinách nemají žádný jiný než estetický význam), ale neměly by tak lákavé barvy, které přitahují pozornost dětí.

K výrobě potravin se používají v podstatě dva typy potravinářských barviv: přírodní a syntetická.

Přírodní se získávají z přírodních zdrojů (například kurkumin z kur-

kumy nebo anthokyany z červeného ovoce). Jsou většinou málo barevně stabilní, barevné odstíny jsou hodně proměnlivé, často udělují potravině nežádoucí chuť, a hlavně jsou dražší.

Syntetická barviva jsou vyrobena chemickou syntézou a jejich struktura se od přírodních barviv zcela liší (např. tartrazin), ale mohou být i totožná se strukturou barviv přírodních – označují se jako přírodně identická (například betakaroten je syntetická forma přírodního karotenu).

Jsou levnější a stabilnější než přírodní, většinou mají i intenzivnější barvu a neovlivňují chuť a vůni potravin.

Nejsou ale také úplně bez rizika. Některá mohou vyvolávat u citlivých dětí alergické reakce, a možná dokonce ovlivnit jejich chování. Zejména takzvaná azobarviva jsou dávána do souvislosti s hyperaktivitou dětí.

Evropská legislativa je sice povoluje i v těch potravinách, které konzumují děti, ale výrobce musí v tom případě na obal přidat varování, že „mohou nepříznivě ovlivňovat činnost a pozornost dětí“.

Tato povinnost, která platí od roku 2010, zapůsobila možná lépe než přímý zákaz. Výrobci vědí, že takové varování by nenechalo rodiče v klidu, a tak raději volí – tam, kde je to možné – přírodní barviva. Syntetická barviva se však stále objevují v řadě potravin, je proto dobré vědět, která to jsou a kde se s nimi můžeme nejčastěji setkat. **(hve)**



### Denní dávka vitamínu C v ovoci

- o jeden střední pomeranč
- o jeden a půl kiwi
- o dvě malé mandarinky
- o 50 g černého rybízu

## Riziková barviva a kde je můžete potkat

**E102 tartrazin** (potravinářská žluť): limonády, polévky, koření, hořčice, cukrovinky, sušenky, žvýkačky, energy drinky, cukrovinky  
**E104 chinolinová žluť**: omáčky, nápoje, sušenky, žvýkačky, energy drinky, cukrovinky  
**E110 žluť SY**: nápoje, pudinky, hořčice, cukrovinky, zmrzlina

**E122 azorubin**: cukrovinky, pudinky, zákusky  
**E124 ponceau 4R** (košenilová červeně): kečupy, džemy, pudinky, zmrzliny, kompoty, rybí výrobky  
**E129 červeně allura**: cukrovinky, salámy, dezerty, limonády, tyčinky **(hve)**

## bonbonů ze 16 testovaných. Obsahem vitamínu C se mezi sebou velmi liší



### Dittmayer's Valensina

plněné bonbony s příchutí pomeranče a citronu s 8 vitamíny  
**cena za 100 g:** 33 Kč  
**cena za balení:** 11 Kč/33,60 g  
**vyrobena:** v Německu  
**uvedená barviva:** barvicí rostlinný extrakt

#### CO ZJISTIL TEST

Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Denní doporučenou dávku zajistí 9 bonbonů. Údaje pro spotřebitele jsou téměř nečitelné, nejen kvůli malé ploše obalu, ale hlavně kvůli malému a nevhodnému typu písma i nekонтрастnímu pozadí.

**obsah vitamínu C:** 213 mg/100 g



### Fritt + Vitamin (e) C

karamely s vitamínem C s citronovou příchutí  
**cena za 100 g:** 21 Kč (Lidl)  
**cena za balení:** 14,90 Kč/70 g  
**vyrobena:** v Polsku  
**uvedená barviva:** kurkuma

#### CO ZJISTIL TEST

Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Denní doporučenou dávku pokryje 17 bonbonů. Informace na obale jsou velmi nepřehledné a špatně čitelné. Všechny údaje jsou uvedeny dohromady, výživové údaje jsou v textu, nikoliv v tabulce. Není jasné, co znamená „(e)“ v názvu výrobku.

**obsah vitamínu C:** 201 mg/100 g



### IceStorm Lemon Lozenges

drops s citronovou příchutí a vitamínem C  
**cena za 100 g:** 10 Kč (Lidl)  
**cena za balení:** 14,90 Kč/150 g  
**vyrobena:** v Německu  
**uvedená barviva:** rostlinný extrakt (kurkuma)

#### CO ZJISTIL TEST

Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Denní doporučenou dávku zajistí 11 bonbonů. Není uveden výrobce, pouze země původu. Jinak je obal v pořádku – jsou na něm uvedeny všechny informace, které spotřebitel očekává, je přehledný a text dobře čitelný.

**obsah vitamínu C:** 189 mg/100 g



### Amanie Multivit. Sweets

Dropsy s ovocnou náplní (11 % hmotnosti) a vitamíny. Plný název: Amanie Multivitamin Sweets  
**cena za 100 g:** 10 Kč (Lidl)  
**cena za balení:** 24,90 Kč/75 g  
**vyrobena:** v Německu  
**uvedená barviva:** žádná

#### CO ZJISTIL TEST

Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Denní doporučenou dávku vitamínu C pokryje osm bonbonů. Informace jsou přehledné a čitelné. Údaj o tom, kolik bonbonů představuje jedna porce (15 g), je uveden jen v angličtině, v češtině jej nenajdeme. Není uveden výrobce.

**obsah vitamínu C:** 183 mg/100 g



### Pedro Sladký mix

komprimát s ovocnými příchutěmi a vitamínem C  
**cena za 100 g:** 17 Kč  
**cena za balení:** 9,90 Kč/60 g (Globus)  
**vyrobena:** The Candy Plus Sweet Faktory ČR  
**uvedená barviva:** košenila, beta karoten

#### CO ZJISTIL TEST

Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci, ale je velmi nízký. Na obale je vyjádřen jen na 100 g, vhodnější by bylo označit i obsah vitamínu v jedné porci, neboť hmotnost celého balení je jen 60 gramů. K pokrytí denní doporučené dávky by bylo nutné sníst dva a půl sáčku (128 bonbonů). Jinak je obal velmi dobře čitelný a přehledný.

**obsah vitamínu C:** 66 mg/100 g



### Bon Pari Vitamin C

dropsy s ovocnými příchutěmi a vitamínem C  
**cena za 100 g:** 19 Kč  
**cena za balení:** 16,90 Kč/90 g (Globus)  
**vyrobena:** Nestlé Česko  
**deklarovaná barviva:** karoteny

#### CO ZJISTIL TEST

Neobsahuje syntetická barviva. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci. Je ale hodně nízký – denní doporučenou dávku zajistí 31 bonbonů. Velmi dobrý obal bez větších připomínek, pouze písmo by mohlo být větší. Ovoce na obale je oprávněně, protože bonbony obsahují přírodní ovocnou šťávu.

**obsah vitamínu C:** 53 mg/100 g



### Hors Wild Strawberries

ovocný drops (plný název výrobku je Wild Strawberries enriched with vitamin C)  
**cena za 100 g:** 28 Kč  
**cena za balení:** 17,90 Kč/65 g (Tesco)  
**vyrobena:** Jiří Šašíka-HORS  
**uvedená barviva:** kurkumin, košenila, indigotin

#### CO ZJISTIL TEST

Bonbony obsahují syntetické barvivo indigotin E132 – je uvedeno ve složení. Obsah vitamínu C odpovídá deklaraci, je ale nízký. K pokrytí denní potřeby by bylo třeba sníst 44 bonbonů. V českém názvu na zadní straně obalu není uvedeno „obohaceno vitamínem C“. Procenta denní doporučené dávky vitamínu C mají být vztažena k 80, nikoliv 60 gramům.

**obsah vitamínu C:** 52 mg/100 g



### nimm2 Smile gummi sour

kyselé ovocné želé s obsahem vitamínů  
**cena za 100 g:** 19 Kč  
**cena za balení:** 19 Kč/100 g (Globus)  
**vyrobena:** Storck Německo  
**uvedená barviva:** barvu dodávají rostlinné extrakty (kopřiva, špenát, paprika, kurkuma)

#### CO ZJISTIL TEST

Bonbony neobsahují syntetická barviva. Do testu jsme je zařadili, protože obal zdůrazňuje obsah vitamínu. Vitamin C však mezi nimi není (ani není na obalu deklarován).

**obsah vitamínu C:** žádný (nedeklarován)

## Protokol testu

- o Test jsme zaměřili na **bonbony**, které na obalech zdůrazňují přídavek vitamínu.
- o V 15 vzorcích šlo především o **vitamin C**, v jednom případě (nimm 2 Smile gummi) obsahovaly bonbony šest vitamínů, ale „céčko“ mezi nimi nebylo, i když by se dalo podle citronu vyobrazeného na obale předpokládat.
- o Bonbony jsme nakupovali v hypermarketech, dva vzorky pocházejí z lékárn, protože jsou nabízeny jako **doplňky stravy**.
- o Analýzy provedli v laboratořích **Ústavu konzervace potravin** Vysoké školy chemicko-technologické v Praze.
- o Zkoumali jsme **obsah vitamínu C** a přítomnost **syntetických barviv**, která nejsou zakázána, ale pro děti jsou nevhodná. Mohou vyvolávat hyperaktivitu.
- o Odbornice na značení obalů potravin **Irena Michalová** ze Sdružení českých spotřebitelů posoudila údaje pro spotřebitele.
- o Ceny bonbonů i hmotnost balení se velmi liší, proto jsme pro srovnání přepočítali z ceny balení, **kolik by stálo 100 gramů**.
- o V přehledu uvádíme naměřený obsah vitamínu C ve 100 gramech. Hmotnost bonbonů se liší, spočítali jsme tedy, kolik bychom jich museli sníst, aby bychom získali doporučenou denní dávku vitamínu C. Ta je podle současných doporučení **80 miligramů**.
- o Vzorkům jsme tentokrát neudělovali známky testu, ale seřadili jsme je podle obsahu vitamínu C.

\* **Doplňky stravy** doplňují běžné jídlo. Jsou koncentrovanými zdroji živin nebo jiných látek s výživovým nebo fyziologickým účinkem. Podávají se v malých odměřených dávkách.

**Společný test deníku MF DNES a časopisu Svět potravin,** ve spolupráci s Potravinářskou komorou ČR