

# 婴幼儿期 蔬菜水果摄入应加强

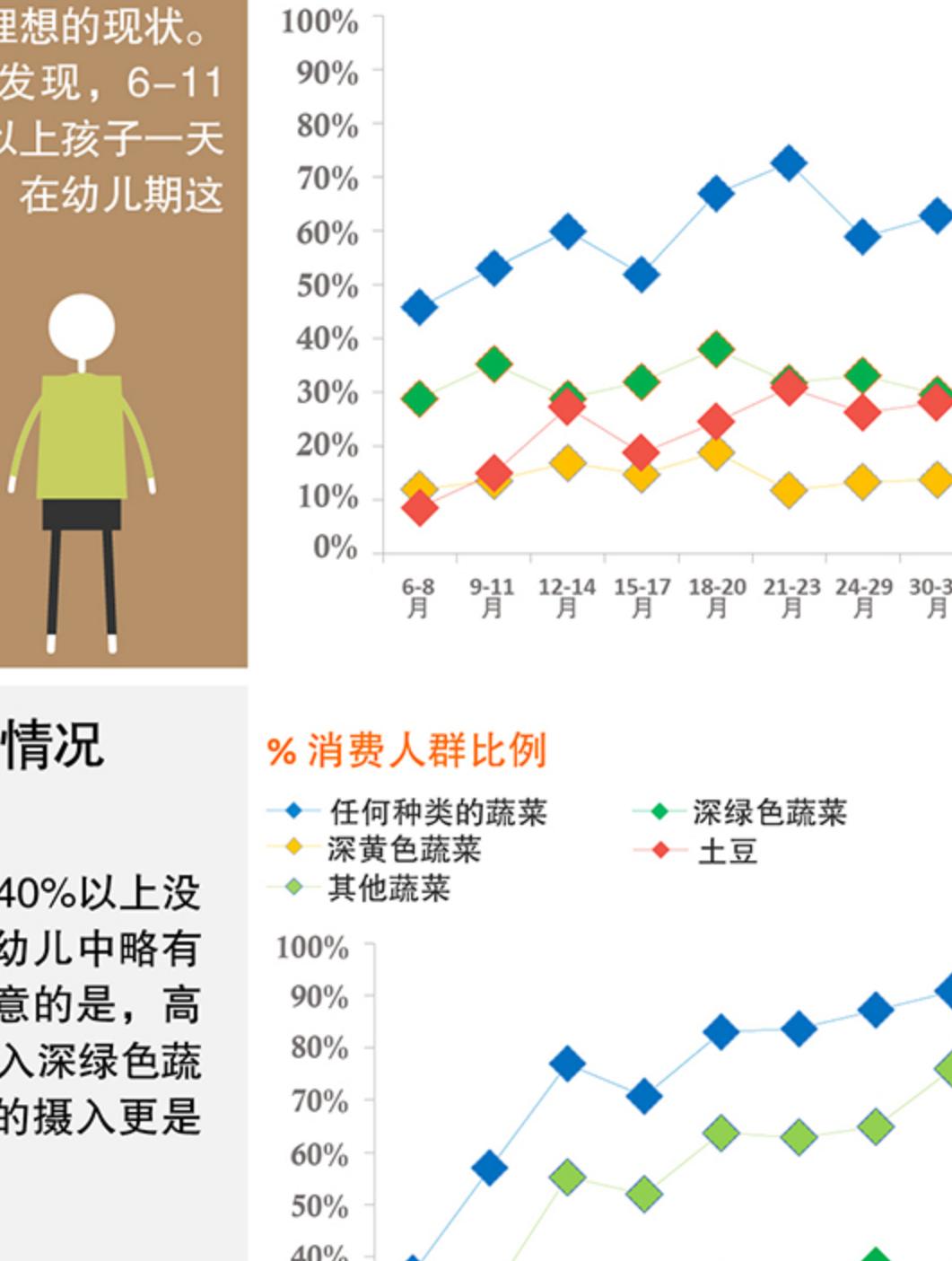
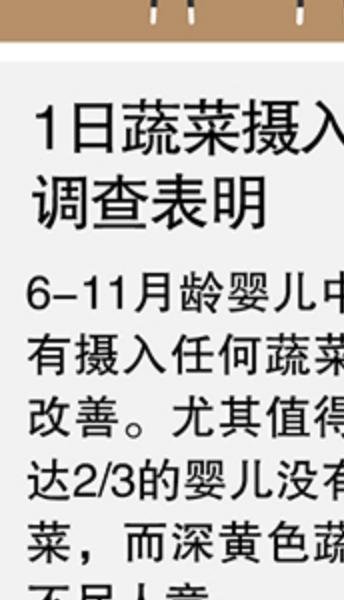


2012年始

来自北京大学公共卫生学院的研究者执行调查了中国8城市0-36月婴幼儿膳食模式的调查（雀巢明研究\*），研究的结果于2016年2月9日在国际期刊《Food & Nutrition Research》上刊出。



研究者通过回顾纳入对象前一日24小时的膳食摄入发现



在8城市6-36月龄的婴幼儿中，婴儿配方奶粉和成长奶粉的使用较为普遍，6-11月龄婴儿中摄入婴儿配方奶粉的比例为58%，在幼儿期对成长奶粉的摄入呈上升趋势，从53%上升到76%，24月龄后摄入比例下降。

8城市6-35月龄婴幼儿普遍存在水果和蔬菜摄入不理想的现状。通过一日膳食调查发现，6-11月龄婴儿中有50%以上孩子一天内没有吃任何水果，在幼儿期这一比例为38%以上。

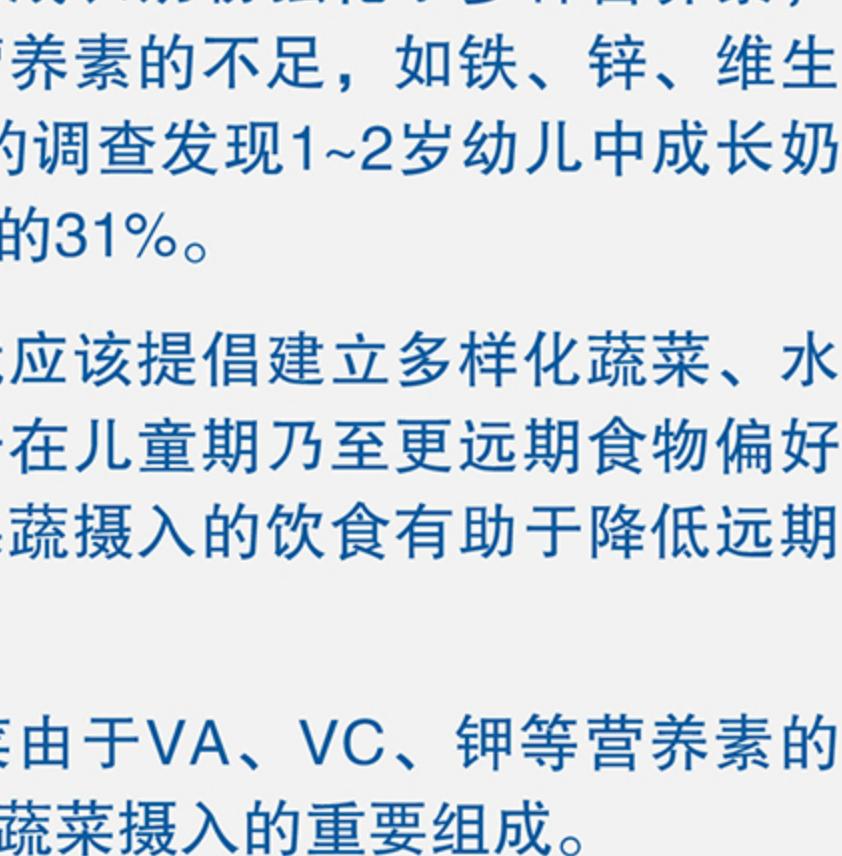


1日蔬菜摄入的情况  
调查表明

6-11月龄婴儿中有40%以上没有摄入任何蔬菜，幼儿中略有改善。尤其值得注意的是，高达2/3的婴儿没有摄入深绿色蔬菜，而深黄色蔬菜的摄入更是不尽人意。

40%

% 消费人群比例



对其他类食物的调查表明



米饭和面条是最主要的谷类食物，符合传统的饮食习惯

但是对强化了均衡营养素的婴儿米粉摄入情况则有很大改善空间，6-8月龄婴儿的消费最高峰仅为40%，此后大幅下降。



鸡蛋和猪肉是最主要的非乳类的蛋白质来源。

\*明研究 (MING, Maternal Infant Nutrition Growth) 是一项由雀巢 (中国) 有限公司发起，由北京大学、雀巢研发中心和雀巢营养科学院联合完成的中国首个覆盖生命早期1000天相关健康人群的较大样本量的膳食模式和营养状况调查，也是自上个世纪80年代以来关于中国母乳成分首次较大样本的分析研究。

了解更多雀巢明研究信息，请联系 [mindy.lan@cn.nestle.com](mailto:mindy.lan@cn.nestle.com)

