

Органічне молоко для дітей

Молоко люблять майже всі діти! У молоці, як відомо, міститься багато поживних речовин, надзвичайно корисних для вашої малечі, зокрема: вітамін D, кальцій і білок. Хоча, на жаль, часом в нього потрапляє і щось не дуже корисне. Ці «добавки» застосовують, щоб корови давали більше молока; серед них можуть бути антибіотики, пестициди (якими обробляли корми для худоби) й синтетичні гормони росту. В органічному ж молоці всіх цих зайвих домішок немає, адже органічне утримання вважають кращим і для самих корів, – вони харчуються органічно, мають доступ до пасовища, а не закриті в загороді. То хіба ж не краще давати своїм дітям органічне молоко, яке отримують без антибіотиків, пестицидів і синтетичних гормонів росту?



У США нові рекомендовані Управлінням з санітарного нагляду за якістю харчових продуктів та медикаментів (FDA) норми «покроку відмовлятися від використання певних антибіотиків для підвищення виробництва харчових продуктів». Ця спроба зменшити використання антибіотиків і сприяти вповільненню розвитку антибіотикорезистентності спрямована на антибіотики, які «додають до кормів або питної води для великої рогатої худоби, свиней, птиці та інших тварин для виробництва харчових продуктів, аби вони швидше набирали вагу або потребували для цього меншої кількості кормів».

Слід зауважити, що в Америці деякі експерти стверджують, що для того, щоб у молоці не було гормонів росту, не обов'язково переходити на органічне молоко, а можна купувати молоко, яке в США має позначку rBST-free (не містить р-БСТ); таке молоко є в більшості мережевих супермаркетів, у т.ч. в Costco, Kroger, Safeway, Walmart та ін.

Молоко з конвенційних молочних ферм здебільшого не містить р-БСТ і має відповідне маркування.

Однак, все ж, значно краще й безпечніше – давати дітям (годувати) органічне молоко. В Америці вже навіть асортимент органічного молока фактично такий самий, як і конвенційного, зокрема:

- Цільне молоко
- Знежирене 2% молоко
- Безлактозне знежирене 2% молоко
- Знежирене 1% молоко
- Знежирене 1% шоколадне молоко
- Знежирене сепароване молоко

І, як і більшість брендів конвенційного молока, органічне молоко зазвичай пастеризоване, збагачене вітаміном D і є чудовим джерелом кальцію. Якщо недоліки з погляду здоров'я відсутні, чому ж усі батьки не купують органічне молоко?



- Купуючи органічне молоко, ви купуєте молоко від корови, яка:**
- **Не отримувала гормонів росту ВРХ**
 - **Не споживала оброблені хімічними пестицидами корми**
 - **Не отримувала антибіотиків**
 - **Бувала на пасовищі**





Бренди органічного молока

Крім багатьох невеликих регіональних органічних молочних ферм, у будь-якій частині Сполучених Штатів Америки можна придбати органічне молоко від одного з більших брендів:

- Horizon Organic Milk • Stonyfield Farm Milk • Organic Valley Milk
- Borden Organic Milk • Whole Foods Market 365 Organic Everyday Value Organic Milk

Інститут Cornucopia Institute публікує рейтинг брендів органічного молока на допомогу батькам, які хочуть купувати органічне молоко.



ЩО ВАМ ПОТРІБНО ЗНАТИ ПРО МОЛОКО:

- Діти не повинні пити сире непастеризоване молоко через ризик бактеріального забруднення та харчового отруєння.
- Зазвичай, якщо дитина має надмірну вагу, їй варто почати давати знежирене або нежирне молоко з дворічного віку або раніше.
- Органічне соєве, мигдалеве та рисове молоко — хороші альтернативи органічному молоку та конвенційному коров'ячому молоку для дітей, які мають алергію на молоко.

Неабияким фактором є вартість. Органічне молоко часто вдвічі дорожче за конвенційне. Деякі споживачі готові платити навіть більше: обсяги продажу органічного молока в США в 2019 р. зросли та склали понад 5% від загального обсягу продажу молока.

Проблемою з органічним молоком в Америці нині є те, що не завжди можна бути впевнені в однаковій «органічності» того, що купуєте. Наразі багато органічного молока виробляють великі корпорації, які часом не забезпечують своїм коровам можливість пастися, купують та вводять в органічну череду конвенційних тварин і обходять інші органічні норми. 🌱

Найбільші органічні бренди українських органічних молочних продуктів

- Organic Milk • Старий Порицьк • Етнопродукт