

Onderzoek naar stoofteren van Ranfu bv.

door:

**Health Risk Control gezondheidsadviesbureau -
Rotterdam**

www.healthriskcontrol.nl



Omschrijving van het onderzoek

Omschrijving:	Stoofperen Onderzoek Ranfru – Strijen
Doel onderzoek:	Bepalen unique-selling-points van de te onderzoeken producten op het gebied van voedingswaarde
Datum start onderzoek	Maart 2008
Doelgroep:	Uitgangspunt voor het onderzoek is de doelgroep die Ranfru voor de opgegeven producten op het oog heeft. Dit zijn voornamelijk consumenten die verblijven in Instellingen / zorgcentra (bejaardentehuizen, ziekenhuizen, verpleegtehuizen, etc.).
Vraag stelling:	Wat zijn de belangrijkste unieke <u>gunstige</u> eigenschappen op gebied van voedingswaarde van de genoemde producten?

Samengevat: Waarom zou een kok de stoofperen van Ranfru op het menu zetten?

Waarom zou een diëtist(e) de stoofperen van Ranfru aan de kok aanbevelen om op het menu te zetten?

Benoem daarbij een aantal concrete voordelen.

Stoofperen

1. Gunstige eigenschappen

Voedingswaardentabel:

- Ranfru Stoofperen zijn geheel volgens de Richtlijnen Goede Voeding.
- Ranfru Stoofperen hebben de volgende gunstige eigenschappen: Caloriearm, eiwitarm, van nature rijk aan koolhydraten, weinig toegevoegde suikers, vetvrij, cholesterolvrij, natriumarm, kaliumarm, fosfaatarm en retinol equivalenten, vitamine B1, B2, B6, foliumzuur, nicotinezuur en vitamine C bevattend.

Voedingswaardentabel					
	Stoofperen *) Ranfru	appelmoes *)	vers fruit excl. citrus *)	peren op siroop *)	verse peren *)
Calorieën	46 kcal	68 kcal	54 kcal	60 kcal	47 kcal
Eiwit	0,3 gram	0,3 gram	0,6 gram	0,3 gram	0,3 gram
Koolhydraten	8,3 gram	16,6 gram	12,9 gram	14,7 gram	11,5 gram
Waarvan toegevoegde suikers	2,9 gram	? gram	0,0 gram	? gram	0,0 gram
Vet	0,0 gram	0,0 gram	0,0 gram	0,0 gram	0,0 gram
Voedingsvezel	2,1 gram	1,4 gram	2,3 gram	2,0 gram	2,1 gram
Cholesterol	0,0 mg*	0,0 mg	0,0 mg	0,0 mg	0,0 mg
Natrium	0,7 mg*	10 mg	2 mg	3 mg	1 mg
Kalium	75 mg*	94 mg	190 mg	65 mg	112 mg
Fosfaat	7,3 mg*	8 mg	16 mg	14 mg	11 mg
Retinol Equivalenten	1,3 mg*	4 mg	8 mg	0 mg	2 mg
Vitamine B1	0,01 mg*	0,02 mg	0,04 mg	0,01 mg	0,01 mg
Vitamine B2	0,01 mg*	0,02 mg	0,02 mg	0,00 mg	0,01 mg
Vitamine B6	0,012 mg*	0,050 mg	0,113 mg	0,019 mg	0,018 mg
Foliumzuur	0,7 mg*	0,0 mg	8,8 mg	2,0 mg	1,0 mg
Nicotinezuur	0,07 mg*	0,1 mg	0,3 mg	0,1 mg	0,1 mg
Vitamine C	2,7 mg*	6 mg	12 mg	2 mg	4 mg
(* Voor het verkrijgen van de volgende gegevens is gebruik gemaakt van de NEVO-tabel, waarbij per 100 gram product de voedingswaarde gehanteerd is van 66,6 gram peer.)		(*Bron : NEVO-tabel 2001)	(*Bron : NEVO-tabel 2001)	(*Bron : NEVO-tabel 2001)	(*Bron : NEVO-tabel 2001)

*) voedingswaarde per 100 gram

2. Voedingskundige vergelijking met soortgelijke producten

Uit de voedingswaardentabel kan geconcludeerd worden dat Ranfru stoofperen een goede vervanger van vers fruit zijn. Bovendien bieden deze stoofperen voordelen boven verse peren en ander vers fruit. Zo bevatten stoofperen minder calorieën, minder koolhydraten en een even grote hoeveelheid voedingsvezels. Een andere gunstige eigenschap is dat deze producten wat betreft de hoeveelheid vitaminen en mineralen weinig verschillen ten opzichte van vers fruit. Indien de Ranfru Stoofperen vergeleken worden met appelmoes en peren op siroop valt op dat beide laatstgenoemde producten in tegenstelling tot de Ranfru stoofperen niet volgens de Richtlijnen Goede Voeding zijn. Zowel appelmoes als peren op siroop

bevatten een grote hoeveelheid calorieën per 100 gram, wat veroorzaakt wordt door de vele toegevoegde suikers in de producten. Het koolhydraatgehalte van deze producten is zeer hoog. Ook bevatten beide producten in sommige opzichten minder voedingsstoffen; zoals voedingsvezels, vitaminen en mineralen.

3. Diëten voor consumenten in instellingen

Deze Stooferen zijn geschikt voor en toepasbaar in de onderstaande diëten:

√	Cholesterolbeperkt dieet
√	Diabetes dieet
√	Energiebeperkt dieet
√	Eiwitbeperkt dieet
√	Fosfaatbeperkt dieet
√	Glutenvrij dieet
√	Kaliumbeperkt dieet
√	Koolhydraatrijk dieet
√	Lactosevrij dieet
√	Natriumbepert dieet
√	Vezelverrijkte dieet
√	Vochtverrijkte dieet

4. De voordelen van Ranfru Stooferen op een rij

√	Vervangt 1 stuk/portie fruit.
√	Minder calorieën dan 1 stuk/portie vers fruit.
√	Rijk aan vitaminen en mineralen.
√	Rijk aan voedingsvezels.
√	100% natuurlijk product.
√	Bevat zeer weinig toegevoegde suikers.
√	Past binnen een caloriearm dieet.
√	Vrij van kleurstoffen.
√	Een lekker en verantwoord tussendoortje.
√	Ook geschikt voor kinderen.
√	Geen zoetstoffen toegevoegd.

5. Eindconclusie:

Gezien alle argumenten zou een kok de Ranfru stooferen wel op het menu zetten.