



# 羊奶粉好处多 购买需看清蛋白来源



更接近母乳更容易吸收

消费者的选择偏好由牛奶转向羊奶粉，除了羊奶粉市场发轫之外，有科学证明，相比牛奶粉，羊奶粉具有自己独特的优势。牛奶和羊奶同为动物乳，其主要蛋白质是酪蛋白和乳清蛋白。其中，牛奶中酪蛋白和乳清蛋白比为 85:15，羊奶为 75:25，与人乳中这两种蛋白的含量比例 60:40 相比，羊奶更加接近母乳；由于酪蛋白易与胃酸形成较大凝固物，所以羊奶中较低的酪蛋白含量使得羊奶比牛奶更易消化，更有利于人体对蛋白的吸收。

另外，羊奶中脂肪球的直径一般为 2 微

米，比牛奶中的脂肪球直径低了 25% 以上，且羊奶富含短链脂肪酸，这些因素都使得人体在吸收羊奶中的营养素变得简单了很多，提升了利用效率。最后，羊奶中的矿物质、维生素较牛奶都偏高，胆固醇含量则偏低，有利于降低人们罹患动脉硬化和高血压等疾病，长期食用羊奶，不易使人体发胖。

据《本草纲目》记载，“羊乳干温无毒、润心肺、补肺肾气”。中医认为羊奶是一款对肺和肾脏器官有益的乳制佳品。羊奶粉在国内属于新秀产品，但是在欧洲国家，国民对羊奶的摄入高出牛奶。

## 价格越高配料表越详细

记者调查市场时发现，在天猫商城，婴幼儿配方羊奶粉的价格多在 150~250 元每 500 克之间，其中，欧洲、澳洲进口的羊奶源配方奶粉价格又高出一个层次，在 250 元每 500 克以上，如荷兰进口的佳贝艾特羊奶粉、澳洲进口的康培尔绵羊奶粉等。而婴幼儿配方牛奶粉的价格多在 100~200 元每 500 克之间。显然，羊奶粉的价位普遍比牛奶粉高。

记者发现，大多数羊奶粉的配料表上除了包含婴幼儿必须的乳铁蛋白、DHA、AA、乳糖类及矿物盐和维生素之

外，还含有作为羊奶粉必备的羊乳和乳清蛋白，而对这两类的具体标注上存在差异，有的标注为脱脂羊奶粉和浓缩羊乳清蛋白粉，有的简单写着羊奶、蛋白质；有的干脆不标示配方表。从奶粉配方上看，羊奶粉除了采用羊奶为基本制奶来源之外，其他规格和营养素的搭配和牛奶粉并无二致。

综合网上商城所卖的婴幼儿配方羊奶粉的情况，一般进口奶源的羊奶粉价格略高；而且价格越高的羊奶粉，其配料表上标注的成分情况越丰富越详细。

## 选购羊奶粉，务必看配料表

记者调查婴幼儿配方羊奶粉时发现，除了少数品牌外，很多羊奶粉的配料表都标注模糊。消费者很难从中辨认所含蛋白质，尤其是乳清蛋白到底是来自牛奶还是羊奶。由于羊奶乳清蛋白价格远远高于牛奶乳清蛋白，为了降低成本，一些不法商家用牛奶蛋白代替羊奶蛋白。

根据国家食品药品监督管理总局在 2015 年上半年对婴幼儿配方奶粉的抽检情况，抽检的 916 批次配方奶粉中，存在安全风险的有 19 个批次，不符合产品包装标签的有 36 批次。其中羊奶粉问题较为突出，这

也显示出羊奶粉急需行业标准来规范。

近日，国家食药监总局发布的《婴幼儿配方奶粉配方注册管理办法》意见征求稿中便对国内市场上的配方奶粉做出了诸多规定，其中明确要求婴幼儿配方乳粉原料为羊乳(粉)的，应当在配料表中标明每 100 克产品中羊乳(粉)所占比例，以及乳清蛋白来源。

对羊奶粉中蛋白质的来源的规定，为消费者选购羊奶粉提供了最直接的信息保障。因此，消费者选购羊奶粉产品时，务必关注包装上的配料表，了解其中羊乳的成分及蛋白来源。

(庞倩影)