小食品尽量少吃

　　不少小食品在生产过程中都使用了添加剂,这些添加剂对儿童的肝、肾功能影响较大。过量食用加入防腐剂、色素、甜味剂的食品，还会对儿童的中枢神经系统造成伤害。而且小食品的营养素不全面，孩子零食吃多了，就不会好好吃饭，长此以往可能会会造成营养不良。特别需要提醒父母的是，检疫人员查出的不合格食品之中，小食品的不合格率最高。所以说，所谓的“小食品”并不是儿童食品，尤其是校园周边、街头巷尾的小食品，不可以让孩子任意吃。