

宝宝1岁以后，营养摄入的主要来源会逐渐转向均衡合理的三餐，以满足身体所需，比如红肉、家禽肉、鱼肉、蛋类；奶、酸奶、奶酪；蔬菜或者水果；谷类、米、面包、面条等这些，每日配方奶只需要保证在500ml左右即可。

所以，3段奶粉大家选择的时候，可以不用过多的关注营养成分，这个时候选择一款性价比高的奶粉才是关键。

今天奶粉速递就给大家盘点4款大品牌旗下的3段“中端奶粉”，看看性价比怎么样？是否值得购买？



### 飞鹤超级飞帆臻爱倍护

国际妈咪价格：229/900g

黑龙江自控牧场奶源，主要原料是生牛乳、脱盐乳清粉、乳糖

，奶粉新鲜度较不错；

奶基原料中的乳清蛋白粉采用水解工艺

，蛋白质

更易吸收，减轻宝宝肠胃负担；未添加白砂糖等敏感成分，是全乳糖奶粉，口感清淡；

强化配方添加胆碱、肌醇、牛磺酸、左旋肉碱、DHA、ARA、益生元、核苷酸、乳铁蛋白、叶黄素

、益生菌，添加种类比较全，但营养素添加量相对一般，这点稍微减分

配料中含核桃油，富含 $\alpha$ -亚麻酸，对宝宝脑部发育有益；

这款奶粉整体不错

，没什么大缺点，配方在消化、脑部发育、免疫方面都有加分项；



### 君乐宝乐铂

国际妈咪价格：149/808g

河北自控牧场奶源，主要原料是生牛乳，脱盐乳清粉，乳糖，脱脂乳粉，脱脂乳粉即大包粉，奶粉新鲜度有所下将；河北奶源地较一般；

强化配方添加硒、锰、碱、肌醇、牛磺酸、左旋肉碱、DHA、ARA、益生元、核苷酸、OPO、叶黄素，添加种类比较全，其中OPO和叶黄素含量比较丰富；

这款奶粉在这个价位中算是较不错的，而且也没有什么大的缺点，性价比真的高，配方在消化和视力发育方面有加分项。



## 圣元优博

国际妈咪价格：312/900g

法国自控牧场奶源，主要原料是全脂奶粉、高油乳清粉，这样的组合还是不错的，说明乳清蛋白含量不错，蛋白质好消化吸收；

强化配方添加硒、锰、胆碱、肌醇、牛磺酸、左旋肉碱、DHA、ARA、益生元、核苷酸、叶黄素，添加种类比较全，其中益生元和核苷酸含量比较丰富；

这款奶粉整体都不错，没有敏感成分，蛋白质好消化吸收，配方在消化和免疫上有加分项。



### 伊利金领冠睿护

国际妈咪价格：247/800g

新西兰

草饲奶源，主要原料是生牛乳、脱盐乳清粉，新鲜度较不错，而且未添加白砂糖

等敏感成分；

强化配方添加胆碱、DHA、ARA、益生元、乳铁蛋白，添加种类相对较少，但是益生元和乳铁蛋白含量丰富；

这款奶粉的奶源很好，配方在消化和免疫有加分项，性价比不错。

## 写在最后

关于3段奶粉的选择，要根据宝宝的饮食情况去考虑，如果你家宝宝辅食添加得比较均衡，那大部分营养都可以从辅食中获取，喝奶粉更多是摄取蛋白质和钙，这种情况可多考虑奶源优秀的品牌；

如果对宝宝辅食的添加没有把握，应更多考虑营养比较丰富的奶粉，此外，最好要规避好香精蔗糖这些成分，以及选择口碑好的大品牌。