

Regula Nr.1924/2006

Pielikums

Atļautās uzturvērtības norādes un tām piemērojamie nosacījumi

MAZKALORIJU

Norādi, ka pārtikas produkts ir mazkaloriju, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktam ir mazāk nekā 40 kcal (170 kJ)/100 g cietvielām vai mazāk nekā 20 kcal (80 kJ)/100 ml šķidrumiem. Saldinātajiem piemēro ierobežojumu — 4 kcal (17 kJ)/porcijā, kam ir līdzīgas saldinošas īpašības kā 6 g saharozes (aptuveni 1 tējkarote saharozes).

SAMAZINĀTS KALORIJU DAUDZUMS

Norādi, ka pārtikas produktam ir samazināts kaloriju daudzums, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produkta enerģētiskā vērtība ir samazināta par vismaz 30 %, norādot, kādēļ pārtikas produkta kopējā enerģētiskā vērtība ir mazāka.

BEZKALORIJU

Norādi, ka pārtikas produkts ir bezkaloriju, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktam ir mazāk nekā 4 kcal (17 kJ)/100 ml. Saldinātajiem piemēro ierobežojumu — 0,4 kcal (1,7 kJ) porcijā, kam ir līdzīgas saldinošas īpašības kā 6 g saharozes (aptuveni 1 tējkarote saharozes).

AR ZEMU TĀUKU SATURU

Norādi, ka pārtikas produkts ir ar zemu tauku saturu, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir mazāk nekā 3 g tauku uz 100 g cietvielām vai 1,5 g tauku uz 100 ml šķidrumiem (1,8 g tauku uz 100 ml puskrejotam pienam).

BEZTAUKU

Norādi, ka pārtikas produkts ir beztauku, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktam ir ne vairāk kā 0,5 g tauku uz 100 g vai 100 ml. Tomēr ir aizliegtas norādes, kas izteiktas kā "x % beztauku".

AR ZEMU PIESĀTINĀTO TĀUKU SATURU

Norādi, ka pārtikas produkts ir ar zemu piesātināto tauku saturu, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā piesātināto taukskābju un hidroģenēto taukskābju summa ir mazāka kā 1,5 g uz 100 g cietvielām vai mazāka kā 0,75 g/100 ml šķidrumiem.

BEZ PIESĀTINĀTAJIEM TĀUKIEM

Norādi, ka pārtikas produkts nesatur piesātinātos taukus, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir ne vairāk kā 0,1 g piesātināto tauku uz 100 g vai 100 ml.

MAZ CUKURA

Norādi, ka pārtikas produkts satur maz cukura, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir ne vairāk kā 5 g cukura uz 100 g cietvielām vai 2,5 g cukura uz 100 ml šķidrumiem.

BEZ CUKURA

Norādi, ka pārtikas produkts ir bez cukura, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir ne vairāk kā 0,5 g cukura uz 100 g vai 100 ml.

BEZ PIEVIENOTA CUKURA

Norādi, ka pārtikas produktam nav pievienots cukurs, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produkts nesatur pievienotus mono- vai disaharīdus, vai arī citus pārtikas produktus, kuru izmanto to saldinātājīpašību dēļ. Ja cukurs produktā ir sastopams tā dabisko īpašību dēļ, uz etiķetes būtu jābūt šādai norādei: "SATUR DABĪGU CUKURU".

MAZ NĀTRIJA/SĀLS

Norādi, ka pārtikas produkts satur maz nātrija/sāls, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir ne vairāk kā 0,12 g nātrija vai tikpat daudz sāls uz 100 g vai 100 ml. Ūdenim, kas nav dabīgais minerālūdens un kuriem nepiemēro Direktīvas 80/777/EEK darbības jomu, šī vērtība nepārsniedz 2 mg nātrija uz 100 ml.

ĻOTI MAZ NĀTRIJA/SĀLS

Norādi, ka pārtikas produkts satur ļoti maz nātrija/sāls, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir ne vairāk kā 0,04 g nātrija vai tikpat daudz sāls uz 100 g vai 100 ml. Šo norādi nav atļauts izmantot dabīgiem minerālūdeņiem un citiem ūdeņiem.

BEZ NĀTRIJA vai BEZ SĀLS

Norādi, ka pārtikas produkts nesatur nātriju vai sāli, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir ne vairāk kā 0,005 g nātrija vai tikpat daudz sāls uz 100 g.

ŠĶIEDRVIELU AVOTS

Norādi, ka pārtikas produkts ir šķiedrvielu avots, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, var izmantot tikai tad, ja 100 g produkta ir vismaz 3 g šķiedrvielu vai vismaz 1,5 g šķiedrvielu uz 100 kcal.

DAUDZ ŠĶIEDRVIELU

Norādi, ka pārtikas produktā ir daudz šķiedrvielu, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja 100 g produkta ir vismaz 6 g šķiedrvielu vai vismaz 3 g šķiedrvielu uz 100 kcal.

PROTEĪNA AVOTS

Norādi, ka pārtikas produkts ir proteīna avots, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja vismaz 12 % no produkta enerģētiskās vērtības nodrošina proteīns.

DAUDZ PROTEĪNA

Norādi, ka pārtikas produkts satur daudz proteīna, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja vismaz 20 % no produkta enerģētiskās vērtības nodrošina proteīns.

[VITAMĪNA NOSAUKUMS] UN/VAI [MINERĀLVIELAS NOSAUKUMS] AVOTS

Norādi, ka pārtikas produkts ir vitamīnu un/vai minerālvielu avots, kā arī jebkuru citu norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produkts satur vismaz būtisku to daudzumu, kā definēts Direktīvā 90/496/EEK, vai daudzumu, kas noteikts saskaņā ar Eiropas Parlamenta un Padomes Regulas (EK) Nr. 1925/2006, 2006. gada 20. decembris par vitamīnu un minerālvielu, un dažu citu vielu pievienošanu pārtikai [1] 7. pantā piešķirtajām atkāpēm.

DAUDZ [VITAMĪNA NOSAUKUMS] UN/VAI [MINERĀLVIELAS NOSAUKUMS]

Norādi, ka pārtikas produktā ir daudz vitamīnu un/vai minerālvielu, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produkts satur vismaz divreiz vairāk vitamīnu/un vai minerālvielu nekā tad, ja norāde ir "(VITAMĪNA NOSAUKUMS) un/vai (MINERĀLVIELAS NOSAUKUMS) avots".

SATUR [UZTURVIELAS VAI CITAS VIELAS NOSAUKUMS]

Norādi, ka pārtikas produkts satur kādu uzturvielu vai citu vielu, kurai regula neparedz īpašus noteikumus, kā arī jebkuru citu norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produkts atbilst visiem piemērojamiem šīs regulas noteikumiem, jo īpaši 5. pantam. Vitamīniem un minerālvielām piemēro norādes "avots" nosacījumus.

PALIELINĀTS [UZTURVIELAS NOSAUKUMS] SATURS

Norādi, ka saturs vienai vai vairākām uzturvielām, kas nav vitamīni vai minerālvielas, ir palielināts, kā arī jebkuru citu norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produkts atbilst nosacījumiem attiecībā uz norādi "avots" un ja saturs ir palielināts par vismaz 30 % salīdzinājumā ar līdzīgu produktu.

SAMAZINĀTS [UZTURVIELAS NOSAUKUMS] SATURS

Norādi, ka vienas vai vairāku uzturvielu saturs ir samazināts, kā arī jebkuru citu norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja saturs ir samazināts par vismaz 30 % salīdzinājumā ar līdzīgu produktu, izņemot attiecībā uz mikrouzturvielām, kurām ir pieņemama 10 % atšķirība atsaucēs vērtībās, kā noteikts Padomes Direktīvā 90/496/EEK, un attiecībā uz nātriju vai tikpat daudz sāls, kuriem ir pieņemama 25 % atšķirība.

VIEGLS

Norādei, ka pārtikas produkts ir „viegls”, kā arī jebkuru citu norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, piemēro tos pašus nosacījumus kā norādei ar vārdu „samazināts”; norādei pievieno arī tās īpašības/to īpašību norādi, kas pārtikas produktu padara „vieglu”.

DABĪGI/DABĪGS

Ja pārtikas produkti dabīgi atbilst pielikumā izklāstītajiem nosacījumiem, uzturvērtības norādē vārdu „dabīgi/dabīgs” drīkst izmantot pirms šādas norādes.

OMEGA-3 TAUKSKĀBJU AVOTS

Norādi, ka pārtikas produkts ir omega-3 taukskābju avots, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir vismaz 0,3 g alfa-linolēnskābes uz 100 g un 100 kcal vai vismaz 40 mg eikozānpentaēnskābes un dokosaheksaēnskābes kopā uz 100 g un 100 kcal.

AUGSTS OMEGA-3 TAUKSKĀBJU LĪMENIS

Norādi, ka pārtikas produktā ir augsts omega-3 taukskābju līmenis, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja produktā ir vismaz 0,6 g alfa-linolēnskābes uz 100 g un 100 kcal vai vismaz 80 mg eikozānpentaēnskābes un dokosaheksaēnskābes kopā uz 100 g un 100 kcal.

AUGSTS MONONEPIESĀTINĀTO TĀUKU LĪMENIS

Norādi, ka pārtikas produktā ir augsts mononepiesātināto tauku līmenis, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja vismaz 45 % no produktā esošajām taukskābēm iegūtas no mononepiesātinātiem taukiem, ar nosacījumu, ka mononepiesātinātie tauki nodrošina vairāk nekā 20 % produkta enerģijas.

AUGSTS POLINEPIESĀTINĀTO TĀUKU LĪMENIS

Norādi, ka pārtikas produktā ir augsts polinepiesātināto tauku līmenis, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja no vismaz 45 % produktā esošajām taukskābēm iegūtas no polinepiesātinātiem taukiem, ar nosacījumu, ka polinepiesātinātie tauki nodrošina vairāk nekā 20 % produkta enerģijas.

AUGSTS NEPIESĀTINĀTO TĀUKU LĪMENIS

Norādi, ka pārtikas produkts satur daudz nepiesātināto tauku, un jebkuru norādi, ko patērētājs tā varētu saprast, drīkst izmantot tikai tad, ja vismaz 70 % no produkta kopējā taukskābju satura dod nepiesātinātie tauki, ar nosacījumu, ka nepiesātinātie tauki nodrošina vairāk nekā 20 % produkta enerģijas.