



Kennis- en adviescentrum
voor de bakkerij

Nederlands Bakkerij Centrum

Postbus 360

6700 AJ Wageningen

Telefoon 0317 47 12 12

Fax 0317 42 32 06

E-mail info@nbc.nl

www.nbc.nl

Voedingsclaims en de voorwaarden

Lage energetische waarde

Uw product bevat maximaal 40 kcal (170 kJ) per 100 gram.

Verlaagde energetische waarde

De hoeveelheid energie per 100 gram is met minimaal 30 % verlaagd (ten opzichte van de 'normale' waarde van het product). U vermeldt bovendien hoe u dat heeft gerealiseerd.

Voorbeeld: een appelcarré heeft gemiddeld een energetische waarde van 1412 kJ per 100 gram (bron: nevo tabel). De claim 'verlaagde energetische waarde' mag alleen worden vermeld wanneer de energetische waarde van de door u ontwikkelde appelcarré maximaal 988 kJ per 100 gram bedraagt. U vermeldt dan bijvoorbeeld: 'verlaagde energetische waarde doordat minder suiker is gebruikt' of 'verlaagde energetische waarde doordat minder vet is gebruikt'.

Bevat geen energie

De claim dat een levensmiddel geen energie bevat, is alleen toegestaan als de energetische waarde van het product maximaal 4 kcal (17 kJ) per 100 ml bedraagt. Deze claim is alleen toegestaan voor dranken.

Vetarm

De claim dat een levensmiddel vetarm is, is alleen toegestaan als het product maximaal 3 gram vet per 100 gram bevat;

Voorbeeld: volkoren ontbijtkoek bevat 2 gram vet per 100 gram. (Bron: nevo tabel - check wel of dit ook voor uw product geldt!).

Vetvrij

De claim dat een levensmiddel vetvrij is, is alleen toegestaan als het product maximaal 0,5 Gram vet per 100 gram bevat.

Voorbeeld: in de praktijk zie je nu nog wel eens op producten staan '95% vetvrij!' Dit betekent dus dat het product 5 gram vet per 100 gram bevat. Dergelijke beweringen staat de nieuwe verordening niet toe.

Arm aan verzadigde vetten

De claim dat een levensmiddel arm aan verzadigde vetten is, is alleen toegestaan als aan de volgende voorwaarden is voldaan:

- de hoeveelheid verzadigde vetzuren en de hoeveelheid transvetzuren in het product is bij elkaar opgeteld niet groter dan 1,5 gram per 100 gram; én
- deze totale hoeveelheid verzadigde vetzuren en de transvetzuren levert maximaal 10% van de energetische waarde (de hoeveelheid energie per 100 gram product).

*Een voorbeeld: een oliebol bevat per 100 gram volgens de nevo tabel 1,1 gram verzadigde vetzuren en 0 gram transvetzuren. De totale hoeveelheid verzadigde en transvetzuren in de oliebol voldoet dus aan de norm van maximaal 1,5 gram. Eén gram vet staat gelijk aan 37 kj; 1,1 gram vet levert dan 40,7 kj. De energetische waarde van een oliebol is 1036 kj per 100 gram; de hoeveelheid verzadigde vetzuren en transvetzuren levert dus veel minder dan 10 % van de energetische waarde van de oliebol. In dit geval levert de hoeveelheid verzadigde vetzuren en de transvetzuren slechts 3,9% van de energetische waarde ($40,7/1036*100\%$). Deze oliebol mag dus de claim 'arm aan verzadigde vetten' dragen.*

Vrij van verzadigde vetten

De claim dat een levensmiddel vrij van verzadigde vetten is, is alleen toegestaan als de hoeveelheid verzadigde vetzuren en de hoeveelheid transvetzuren bij elkaar opgeteld niet groter is dan 0,1 gram per 100 gram.

Suikerarm

Een claim dat een levensmiddel suikerarm is, is alleen toegestaan als het product maximaal 5 gram suiker per 100 gram bevat.

Suikervrij

De claim dat een levensmiddel suikervrij is, is alleen toegestaan als het product maximaal 0,5 gram suiker per 100 gram bevat.

Zonder toegevoegde suikers

Deze claim is alleen toegestaan als aan het product geen mono- of disacchariden of andere vanwege hun zoetkracht gebruikte levensmiddelen zijn toegevoegd. Als een levensmiddel van nature suikers bevat (bijvoorbeeld vruchten bevatten vruchtensuiker), dient ook het volgende op het etiket te staan: 'dit product bevat van nature aanwezige suikers'.

Monosacchariden: monosacchariden zijn enkelvoudige suikers die vooral voorkomen in honing en enkele vruchten.

Disacchariden: disacchariden zijn tweevoudige suikers (di = twee); voorbeelden van disacchariden zijn rietsuiker, bietsuiker en lactose (melksuiker).

Voorbeelden van levensmiddelen die vanwege hun zoetkracht toegevoegd worden zijn honing en glucosestroop. Zoetstoffen zijn geen suikers.

Natriumarm/zoutarm

Deze claim is alleen toegestaan als het product maximaal 0,12 gram natrium per 100 gram bevat. Dat betekent dat het product maximaal 0,3 gram keukenzout of broodzout per 100 gram mag bevatten ($2,5 \times 0,12$ gram).

Let op: de norm voor ongezoeten/ zoutarm uit het warenwetbesluit meel en brood is komen te vervallen door deze nieuwe regel. De oude voorwaarde was 20 mg natrium per 100 gram (= 0,02 gram natrium); de nieuwe voorwaarden zijn dus minder streng.

Zeer laag natriumgehalte/zoutgehalte

Toegestaan als het product maximaal 0,1 gram zout (0,04 gram natrium) per 100 gram bevat.

Natriumvrij/zoutloos

Voorwaarde voor deze claim is dat het product maximaal 0,005 gram natrium per 100 gram bevat.

Bron van vezels

Deze claim is toegestaan als het vezelgehalte van het product minimaal 3 gram per 100 gram of 1,5 gram per 100 kcal bedraagt.

Vezelrijk

Deze claim is alleen toegestaan als het vezelgehalte van het product minimaal 6 gram per 100 gram of 3 gram per 100 kcal bedraagt.

Bron van eiwitten

Voorwaarde voor deze claim is dat minimaal 12% van de energetische waarde van het levensmiddel wordt geleverd door eiwitten.

Een voorbeeld: de energetische waarde van een eierkoek is volgens de nevo tabel 1265 kJ per 100 gram. Eén gram eiwit levert 17 kJ. Als een eierkoek 7,4 gram eiwitten bevat per 100 gram, leveren deze dus samen 125,8 kJ (17 x 7,4 kJ). Dit is 9,9% van de energetische waarde van de eierkoek (125,8/1265*100%) en niet voldoende om de claim 'bron van eiwitten' te mogen dragen.

Eiwitrijk

Alleen toegestaan als minimaal 20 % van de energetische waarde van het levensmiddel wordt geleverd door eiwitten.

Een voorbeeld: de energetische waarde van een volkorenbeschuit is volgens de nevo tabel 1606 kJ per 100 gram. Eén gram eiwit levert 17 kJ. Als een volkoren beschuit 15 gram eiwitten bevat per 100 gram, leveren deze dus samen 255 kJ (15*17 kJ); er dit is 15,8% van de energetische waarde van de volkorenbeschuit (255/1606*100%) en dat is te weinig om de claim 'eiwitrijk' te mogen voeren. De claim 'bron van eiwitten' is wel toegestaan op dit product.

Bron van [naam van de vitamine(n)] en/of [naam van het mineraal/de mineralen]

Een voorbeeld hiervan is 'bron van vitamine b6' of 'bron van ijzer'. Deze claims zijn alleen toegestaan als het product minimaal een significante hoeveelheid vitamine of mineraal bevat. De Europese unie heeft in de bijlage van de voedingswaarderichtlijn (richtlijn 90/496/EEG) aangegeven wat de aanbevolen doses van vitamines en mineralen per dag zijn. Meestal moet uw product 15 % van deze dagdosis per 100 gram bevatten wanneer u de claim 'bron van...' wilt gebruiken. De bijlage van de voedingswaarderichtlijn is te vinden op onze site; www.Nbc.NL.

Voorbeeld: volkorenbrood bevat volgens de nevo-tabel 0,25 mg vitamine b6 per 100 gram. Volgens de voedingswaarderichtlijn is de aanbevolen dagdosis 2 mg vitamine b6. 15% Daarvan is 0,30 mg. Het volkorenbrood bevat dus in dit geval net niet voldoende vitamine b6 voor de claim 'bron van vitamine b6'.

Rijk aan [naam van de vitamine(n)] en/of [naam van het mineraal/de mineralen]

Dat betekent meestal dat 100 gram product ten minste 30% van de in de bijlage van de voedingswaarderichtlijn 90/496/EEG aangegeven aanbevolen dagdosis bevat. (Zie toelichting claim 'bron van' voor vitamines en mineralen.)

Bevat [naam van de nutriënt of andere stof]

Een voorbeeld van deze claim is 'bevat omega-3 vetzuren'. Daarvoor zijn in deze verordening geen specifieke voorwaarden vastgelegd. U moet daarom aantonen dat uw product een significante hoeveelheid omega-3 vetzuren bevat (maar daarvoor zijn geen wettelijke normen bekend zoals voor vitamines en mineralen). Die onderbouwing voor deze claim is dus lastig. U kunt dit beter overlaten aan de leverancier van uw grondstoffen die het omega-3 vetzuur toevoegt. Voor vitamines en mineralen gelden dezelfde voorwaarden als voor de claim 'bron van'.

Verhoogd gehalte aan (naam van de nutriënt)

Deze claim is alleen toegestaan als het product voldoet aan de voorwaarden voor de claim 'bron van' en het gehalte aan het nutriënt minimaal 30% hoger is dan dat van een vergelijkbaar product. Wat een vergelijkbaar product precies is, daarover is nog discussie. U mag een boterham in elk geval niet met een gebakje vergelijken, misschien nog wel met een schaalpje cornflakes (ontbijtgranen). Waarschijnlijk moet brood met brood vergeleken worden.

Verlaagd gehalte aan (naam van de nutriënt)

Alleen toegestaan als het gehalte van het nutriënt van het product minimaal 30% lager is dan dat van een vergelijkbaar product; ook hier is het probleem dat nog niet duidelijk is wat een vergelijkbaar product is. Het is dus wél toegestaan te vermelden dat een slagroomgebakje een verlaagd gehalte aan vet heeft, wanneer een vergelijkbaar gebakje (bij voorkeur ook slagroomgebak) 30% meer vet bevat per 100 gram.

De claim 'verlaagd zoutgehalte', mag u gebruiken als uw product minimaal 25% minder zout bevat dan een vergelijkbaar product.

Voor micronutriënten (vitamines en mineralen) geldt dat ten minste 10% van de aanbevolen dagdosis van het vitamine of mineraal bevat (voor de aanbevolen dosis, zie de bijlage van de voedingswaarderichtlijn op de website).

De claim 'bevat evenveel ... Als' is per definitie niet toegestaan omdat die niet in deze lijst met voedingsclaims voorkomt. Volgens de Europese commissie mag u de hoeveelheid calorieën van een gebakje waarvan u het vetgehalte heeft verlaagd, niet vergelijken met bijvoorbeeld het aantal calorieën van een appel. Vertegenwoordigers van de levensmiddelenbedrijven maken hier bezwaar tegen, maar of dit succes heeft, zal afgewacht moeten worden. Wij raden u aan dit soort vergelijkingen niet te maken totdat eventueel besloten is dat het wél mag.

'Light' of lite

Voor deze claim gelden dezelfde voorwaarden als voor de claim 'verlaagd'; bij deze claim moet worden vermeld welke eigenschap(en) het levensmiddel light of lite maken. In feite gelden voor deze claim dus dezelfde voorwaarden als voor de claim 'verlaagde energetische waarde'.

Van nature/natuurlijk

Als een levensmiddel van nature voldoet aan de in deze bijlage opgenomen voorwaarde(n) voor het gebruik van een voedingsclaim, mogen de woorden 'van nature/natuurlijk' in de claim worden opgenomen.