

Richtlinien für die Verwendung von nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben

Nährwertbezogene Angaben sollten mit der nationalen Ernährungspolitik übereinstimmen und diese unterstützen. Nur die die nationale Ernährungspolitik untermauernden nährwertbezogenen Angaben sollten zulässig sein.

Gesundheitsbezogene Angaben sollten mit der nationalen Gesundheitspolitik, einschließlich der Ernährungspolitik, übereinstimmen und diese ggf. unterstützen. Gesundheitsbezogene Angaben sollten auf fundierten und hinreichend gesicherten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhen, die die Aussagen rechtfertigen, und sie sollten wahrheitsgemäße und nicht irreführende Informationen liefern, die dem Verbraucher helfen, sich für eine gesunde Ernährungsweise zu entscheiden, und die ihn in seiner Wahl durch eine besondere Aufklärung unterstützen. Die Auswirkungen der gesundheitsbezogenen Angaben auf die Essgewohnheiten und die Ernährungsweise sollten in der Regel durch die zuständigen Behörden kontrolliert werden. Aussagen der in Abschnitt 3.4 der „Allgemeinen Codex-Leitsätze für Behauptungen“ vorgesehenen Art sind untersagt.²

1 Geltungsbereich

- 1.1 Diese Richtlinien beziehen sich auf die Verwendung von nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben in der Lebensmittelkennzeichnung und, sofern die zuständigen Behörden dieses verlangen, in der Werbung.
- 1.2 Diese Richtlinien gelten für alle Lebensmittel, für die nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben gemacht werden, unbeschadet der besonderen Bestimmungen, die in Codex-Standards oder Richtlinien für diätetische Lebensmittel und Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke enthalten sind.
- 1.3 Diese Richtlinien sollen die Allgemeinen Codex-Leitsätze für Behauptungen³ ergänzen und heben keinen der darin enthaltenen Verbote auf.
- 1.4 Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben sollen nicht für Säuglings- und Kleinkindernahrungen zugelassen sein, es sei denn, die in Betracht kommenden Codex-Standards oder die nationalen Rechtsvorschriften erlauben ausdrücklich derartige Angaben.

2 Begriffsbestimmungen

- 2.1 Eine **nährwertbezogene Angabe** ist eine Darstellung, die angibt, vorgibt oder impliziert, dass ein Lebensmittel besondere Nährwertigenschaften hat, einschließlich, aber nicht begrenzt auf Energie und den Gehalt an Proteinen, Fett und Kohlenhydraten sowie den Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen. Das Folgende stellt keine nährwertbezogene Angabe dar:
- a) die Erwähnung der Stoffe in der Zutatenliste;
 - b) die Erwähnung der Nährstoffe als obligatorischen Teil der Nährwertkennzeichnung;
 - c) die quantitative oder qualitative Angabe bestimmter Nährstoffe oder Zutaten auf dem Etikett, sofern dies durch nationale Rechtsvorschriften gefordert wird.
- 2.1.1 Eine **Angabe des Nährstoffgehalts** ist eine nährwertbezogene Angabe, die die in einem Lebensmittel enthaltene Menge eines Nährstoffs beschreibt.
(Beispiel: „Kalziumquelle“, „ballaststoffreich“ oder „fettarm“)
- 2.1.2 Eine **vergleichende nährwertbezogene Angabe** ist eine Aussage, die die Nährstoffmengen und/oder Energiewerte von zwei oder mehreren Lebensmitteln miteinander vergleicht.
(Beispiel: „reduziert“, „weniger als“, „niedriger“, „angereichert“ oder „mehr als“)
- 2.2 Eine **gesundheitsbezogene Angabe** ist eine Darstellung, die angibt, vorgibt oder impliziert, dass ein Zusammenhang zwischen einem Lebensmittel oder einem Lebensmittelbestandteil und der Gesundheit besteht. Gesundheitsbezogene Angaben enthalten Folgendes:
- 2.2.1 **Nährstofffunktionsaussagen** – eine nährwertbezogene Aussage, die die physiologische Rolle des Nährstoffs für das Wachstum, die Entwicklung und die normalen Funktionen des Körpers beschreibt.

Beispiel:

„Nährstoff A (Bezeichnung einer physiologischen Rolle des Nährstoffs A im Körper für die Wahrung der Gesundheit und die Förderung des normalen Wachstums und der Entwicklung). Das Lebensmittel X ist eine Nährstoff A-Quelle und/oder reich an Nährstoff A“.

- 2.2.2 **Sonstige Funktionsaussagen** – Diese Aussagen betreffen besondere günstige Auswirkungen, die der Verzehr von Lebensmitteln oder ihrer Bestandteile im Gesamtkontext der Nahrung auf die normalen oder biologischen Funktionen des Körpers hat. Derartige Aussagen beziehen sich auf einen positiven Beitrag zur Gesundheit oder auf die Verbesserung einer körperlichen Funktion oder auf die positive Veränderung oder Wahrung des Gesundheitszustands.

Beispiel:

„Stoff A (Bezeichnung der Wirkung von Stoff A auf die Verbesserung oder positive Veränderung einer physiologischen Funktion oder biologischen Aktivität in Verbindung mit der Gesundheit). Das Lebensmittel Y enthält x Gramm des Stoffes A“

- 2.2.3 **Angaben über die Verringerung der gesundheitlichen Risiken** – Aussagen, die ein Lebensmittel oder einen Lebensmittelbestandteil im Rahmen der Gesamtnahrung mit einem reduzierten Risiko der Entstehung einer Krankheit oder einer gesundheitlichen Störung in Verbindung bringt.

Eine Risikoverringerung bedeutet, dass ein wesentlicher Risikofaktor für eine Krankheit oder einen krankheitsbedingten Zustand deutlich verändert wird. Krankheiten sind durch mehrere Risikofaktoren bedingt, und die Veränderung eines dieser Risikofaktoren kann positive Auswirkungen haben oder auch nicht. Die Angabe einer Risikoverringerung muss z. B. durch den Gebrauch einer angemessenen Sprache und durch den Bezug auf andere Risikofaktoren gewährleisten, dass der Verbraucher diese Aussagen nicht als krankheitsvorbeugend auslegt.

Beispiel:

„Eine an Nährstoff oder Stoff A arme gesunde Ernährung kann das Krankheitsrisiko D verringern. Das Lebensmittel X hat einen niedrigen Gehalt an Nährstoff oder Stoff A.“

„Eine an Nährstoffen oder Stoff A reiche gesunde Ernährung kann das Krankheitsrisiko D verringern. Das Lebensmittel X hat einen hohen Gehalt an Nährstoffen oder Stoff A.“

3 Nährwertkennzeichnung

Jedes Lebensmittel, für das eine nährwert- oder gesundheitsbezogene Angabe gemacht wird, sollte gemäß Abschnitt 3 der Codex-Richtlinien für Nährwertkennzeichnung⁴ mit einer Nährwertangabe gekennzeichnet werden.

4 Nährwertangaben

- 4.1 Die einzig zulässigen Nährwertaussagen sollen sich auf den Energie-, Protein-, Kohlenhydrat- und Fettgehalt und deren Bestandteile sowie auf den Gehalt an Ballaststoffen, Natrium, Vitaminen und Mineralstoffen beziehen, für die Nährstoffbezugswerte (NRV) in den Codex-Richtlinien für Nährwertkennzeichnung⁴ festgelegt wurden.

5 Angaben über den Nährstoffgehalt

- 5.1 Wird eine Aussage über den in der Tabelle dieser Richtlinien angegebenen Nährstoffgehalt gemacht oder wird eine entsprechende Behauptung aufgestellt, so gelten die in der Tabelle für diese Behauptung spezifizierten Bedingungen.
- 5.2 Ist ein Lebensmittel von Natur aus arm oder frei von dem angegebenen Nährstoff, so sollte der die Menge des Nährstoffs beschreibende Begriff nicht unmittelbar vor dem Namen des Lebensmittels erscheinen, sondern wie folgt lauten: „ein (Name des Nährstoffs)-armes oder ein (Name des Nährstoffs)-freies Lebensmittel“.

6 Vergleichende Angaben

Vergleichende Angaben sollten unter folgenden Bedingungen gestattet sein und auf dem verkaufsfertigen Lebensmittel basieren, wobei der weiteren für den Verzehr erforderlichen Zubereitung gemäß der auf dem Etikett angegebenen Gebrauchsanweisung Rechnung zu tragen ist:

- 6.1 Die verschiedenen verglichenen Lebensmittel sollten derselben Lebensmittelkategorie angehören. Sie sollten eindeutig zu identifizieren sein.
- 6.2 Es sollte eine Angabe über den mengenmäßigen Unterschied in Energiewert oder Nährstoffgehalt gemacht werden. Die folgenden Informa-

tionen sollten in unmittelbarer Nähe der vergleichenden Angabe erscheinen:

- 6.2.1 Der mengenmäßige Unterschied in Bezug auf dieselbe Menge des Lebensmittels, ausgedrückt in Prozentanteilen, einem mathematischen Bruch oder einer absoluten Menge. Umfassende Einzelheiten über den Vergleich sollten aufgeführt werden.
- 6.2.2 Die Identität des Lebensmittels, mit dem das Lebensmittel verglichen wird. Das Lebensmittel sollte derartig beschrieben werden, dass es vom Verbraucher leicht zu identifizieren ist.
- 6.3 Mit Ausnahme der Mikronährstoffe, für die ein 10 %iger Unterschied im Nährstoffbezugswert (NRV) zulässig ist, sollte der Vergleich auf einem relativen Unterschied von mindestens 25 % im Energiewert oder Nährstoffgehalt zwischen den verglichenen Lebensmitteln und auf einem absoluten Mindestunterschied im Energiewert oder Nährstoffgehalt basieren, der den in der Tabelle dieser Richtlinien für die Definition von „arm“ oder „Quelle“ aufgeführten Zahlen entspricht.
- 6.4 Die Verwendung des Begriffs „leicht“ soll sich nach denselben Kriterien wie die für den Begriff „reduziert“ angewandten richten und eine Angabe der Charakteristika enthalten, die das Lebensmittel „leicht“ machen.

7 Gesundheitsbezogene Angaben

- 7.1 Gesundheitsbezogene Angaben sind nur zulässig, wenn alle der nachfolgend genannten Bedingungen erfüllt sind:
 - 7.1.1 Gesundheitsbezogene Angaben müssen auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhen und der Grad der Nachweisbarkeit muss ausreichen, um die Art der behaupteten Wirkung und den Bezug auf die Gesundheit durch generell akzeptierte wissenschaftliche Daten zu rechtfertigen, wobei die wissenschaftliche Sicherung entsprechend neuen Erkenntnissen aktualisiert werden muss.⁵ Die gesundheitsbezogenen Angaben müssen aus zwei Teilen bestehen:
 - 1) Informationen über die physiologische Rolle des Nährstoffs oder einen anerkannten Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit, gefolgt von:
 - 2) Informationen über die Zusammensetzung des Produkts, die für die physiologische Rolle des Nährstoffs oder den anerkannten

Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit relevant ist, es sei denn der Zusammenhang basiert auf dem ganzen Lebensmittel, wobei die Forschung nicht die Verbindung mit spezifischen Bestandteilen des Lebensmittels herstellt.

- 7.1.2 Alle gesundheitsbezogenen Angaben müssen von der zuständigen Behörde des Landes, in dem das Erzeugnis verkauft wird, zugelassen oder zulässig sein.
- 7.1.3 Der behauptete Nutzen muss sich aus dem Verzehr einer vernünftigen Menge des Lebensmittels oder Lebensmittelbestandteils im Rahmen einer gesunden Ernährung ergeben.
- 7.1.4 Wird der behauptete Nutzen einem Bestandteil im Lebensmittel zugeschrieben, für den ein Nährstoffbezugswert (NRV) besteht, so soll das betreffende Lebensmittel Folgendes sein:
 - i) eine Quelle von oder ein hoher Gehalt an dem fraglichen Bestandteil, wenn ein erhöhter Verzehr empfohlen wird oder
 - ii) arm an, reduziert an oder frei von dem fraglichen Bestandteil, wenn ein eingeschränkter Verzehr empfohlen wird.
- 7.1.5 Nur die essentiellen Nährstoffe, für die ein Nährstoffbezugswert (NRV) in den Codex-Richtlinien für Nährwertkennzeichnung festgelegt ist, oder nur solche Nährstoffe, die in den offiziell von den zuständigen Behörden anerkannten Ernährungsrichtlinien genannt werden, sollten Gegenstand einer Nährwertfunktionsbehauptung sein.
- 7.2 Gesundheitsbezogene Angaben sollten in einem Rahmen gemacht werden, der die Qualifizierungs- und Disqualifizierungsbedingungen für die Verwendung als spezifische Aussage klar regelt, sowie die Möglichkeit für die zuständigen Behörden vorsieht, Behauptungen für Lebensmittel, die Nährstoffe oder Bestandteile in Mengen enthalten, die das Krankheitsrisiko verstärken oder nachteilige Auswirkungen auf die Gesundheit haben, zu verbieten.
- 7.3 Wird die behauptete Wirkung einem Lebensmittelbestandteil zugeschrieben, muss es eine validierte Methode geben, um den Lebensmittelbestandteil, der die Grundlage für die Behauptung bildet, zu quantifizieren.
- 7.4 Folgende Informationen sollten auf dem Etikett oder in der Kennzeichnung des Lebensmittels, für das gesundheitsbezogene Angaben gemacht werden, erscheinen:

- 7.4.1 Eine Angabe der Menge eines Nährstoffs oder sonstigen Bestandteils des Lebensmittels, für diese die Aussage gilt;
- 7.4.2 ggf. die Zielgruppe;
- 7.4.3 Gebrauchsanweisungen, wie der behauptete Nutzen oder sonstige Faktoren der gesunden Lebensweise zu erzielen oder ggf. andere Nahrungsquellen zu nutzen sind;
- 7.4.4 ggf. Ratschläge für Risikogruppen, wie sie das Lebensmittel zu verwenden haben oder für Gruppen, wie sie das Lebensmittel zu vermeiden haben;
- 7.4.5 ggf. die unbedenkliche Höchstaufnahme des Lebensmittels oder Lebensmittelbestandteils;
- 7.4.6 Ratschläge, wie das Lebensmittel oder der Lebensmittelbestandteil in den Rahmen der Gesamtnahrung passt;
- 7.4.7 Eine Angabe über die Bedeutung der Einhaltung einer gesunden Ernährung.

8 Angaben in bezug auf Ernährungsrichtlinien oder gesunde Ernährung

Angaben in Bezug auf Ernährungsrichtlinien oder „gesunde Ernährung“ sind nur unter folgenden Bedingungen zulässig:

- 8.1 Die Angaben in Bezug auf Essgewohnheiten müssen in den von der zuständigen nationalen Behörde offiziell anerkannten Ernährungsrichtlinien enthalten sein.
- 8.2 Eine Flexibilität bei der Formulierung der Angaben ist gestattet, sofern die Angaben wahrheitsgetreu die in den Ernährungsrichtlinien aufgeführte Ernährungsweise wiedergeben.
- 8.3 Angaben in Bezug auf eine „gesunde Ernährung“ oder ähnliche Begriffe werden als Aussagen über die in den Ernährungsrichtlinien aufgeführte Ernährungsweise betrachtet und sollten mit diesen übereinstimmen.
- 8.4 Lebensmittel, die als Teil einer gesunden Nahrung, einer ausgewogenen Ernährung usw. beschrieben werden, sollten nicht auf selektiven Betrachtungen über einen oder mehrere Aspekte des Lebensmittels beruhen. Sie sollten bestimmte Mindestkriterien für andere wesentliche, in den Ernährungsrichtlinien genannte Nährstoffe erfüllen.

- 8.5 Lebensmittel sollten nicht als „gesund“ beschrieben werden oder in einer Weise dargeboten werden, die den Eindruck vermittelt, dass das Lebensmittel an sich gesundheitsfördernd ist.
- 8.6 Lebensmittel können als Teil einer „gesunden Ernährung“ beschrieben werden, sofern auf dem Etikett ein Hinweis erscheint, in dem das Lebensmittel mit den in den Ernährungsrichtlinien beschriebenen Ernährungsweise in Zusammenhang gebracht wird.

Tabelle der Bedingungen für Nährstoffgehalte

Bestandteil	Aussage	Bedingungen höchstens
Energie	arm	40 kcal (170 kJ) pro 100 g (Feststoffe) oder 20 kcal (80 kJ) pro 100 ml (Flüssigkeiten)
	frei	4 kcal pro 100 ml (Flüssigkeiten)
Fett	arm	3 g pro 100 g (Feststoffe) 1,5 g pro 100 ml (Flüssigkeiten)
	frei	0,5 g pro 100 g (Feststoffe) oder 100 ml (Flüssigkeiten)
Gesättigte Fettsäuren	arm ¹	1,5 g pro 100 g (Feststoffe) 0,75 g pro 100 ml (Flüssigkeiten) und 10 % Energie
	frei	0,1 g pro 100 g (Feststoffe) 0,1 g pro 100 ml (Flüssigkeiten)

Bestandteil	Aussage	Bedingungen höchstens
Cholesterin	arm ¹	0,02 g pro 100 g (Feststoffe) 0,01 g pro 100 ml (Flüssigkeiten)
	frei	0,005 g pro 100 g (Feststoffe) 0,005 g pro 100 ml (Flüssigkeiten) und bei beiden Aussagen höchstens: 1,5 g gesättigte Fettsäuren pro 100 g (Feststoffe) 0,75 g gesättigte Fettsäuren pro 100 ml (Flüssigkeiten) und 10 % Energie der gesättigten Fettsäuren
Zucker	frei	0,5 g pro 100 g (Feststoffe) 0,5 g pro 100 ml (Flüssigkeiten)
Natrium	arm sehr arm frei	0,12 g pro 100 g 0,04 g pro 100 g 0,005 g pro 100 g
Protein	Quelle	10 % des NRV pro 100 g (Feststoffe) 5 % des NRV pro 100 ml (Flüssigkeiten) oder 5 % des NRV pro 100 kcal (12 % des NRV je 1 MJ) oder 10 % des NRV je Portion
	hoch	doppelter Wert wie für „Quelle“
Vitamine und Mineralstoffe	Quelle	15 % des NRV pro 100 g (Feststoffe) 7,5 % des NRV pro 100 ml (Flüssigkeiten) oder 5 % des NRV pro 100 kcal (12 % des NRV je 1 MJ) oder 15 % des NRV je Portion
	hoch	doppelter Wert wie für „Quelle“

¹ Im Fall der Angabe „arm an gesättigten Fettsäuren“ sollten ggf. die Transfettsäuren mit berücksichtigt werden. Diese Bestimmung gilt konsequenter Weise für Lebensmittel, die als „cholesterinarm“ und „cholesterinfrei“ beworben werden.

Anm.: Bezeichnung der Richtlinien in:

Englisch:	Guidelines for Use of Nutrition and Health Claims
Französisch:	Directives pour l'emploi des allégations relatives à la nutrition et à la santé
Spanisch:	Directives para el Uso de Declaraciones Nutricionale

¹ Die Richtlinien wurden auf der 27. Sitzung der Codex-Alimentarius-Kommission im Juli 2004 angenommen und ersetzen die früheren Richtlinien zur Verwendung von ernährungsbezogenen Behauptungen.

² siehe Band 2 A VI-3 der deutschen Ausgabe des Codex Alimentarius: „Behauptungen bezüglich der Eignung eines Lebensmittels zur Verwendung in der Verhütung, Linderung, Behandlung oder Heilung von Krankheiten, Gesundheitsstörungen oder speziellen physiologischen Bedingungen“ ... sind verboten.

³ siehe Band 2 A VI-3 der deutschen Ausgabe des Codex Alimentarius

⁴ siehe Band 2 A VI-4 der deutschen Ausgabe des Codex Alimentarius

⁵ Der Verweis auf die wissenschaftlichen Kriterien für gesundheitsbezogene Angaben, die vom Codex-Komitee für Ernährung und diätetische Lebensmittel ausgearbeitet werden, sollte hier eingefügt werden.