

Příklady výživových tvrzení (Podle nařízení (ES) č. 1924/2006):

1	S NÍZKOU ENERGETICKOU HODNOTOU	<p>Tvrzení, že se jedná o nízkoenergetickou potravinu, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none">• neobsahuje-li produkt více než 40 kcal (170 kJ)/100 g v případě potravin pevné konzistence• nebo více než 20 kcal (80 kJ)/100 ml v případě tekutin. <p>V případě stolních sladidel se použije limit 4 kcal (17 kJ) na porci, se sladivými vlastnostmi odpovídajícími 6 g sacharózy (přibližně 1 kávová lžička sacharózy).</p>
----------	---	--

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "**s nízkým obsahem kalorií**". V případě, že je při označení výrobku nesoulad mezi přepočtem kcal a kJ stačí, pokud je splněna jedna z hodnot uvedená v podmínkách tohoto tvrzení.

2	SE SNÍŽENOU ENERGETICKOU HODNOTOU	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu se sníženou energetickou hodnotou, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none">• je-li energetická hodnota snížena alespoň o 30 %,• a současně je nutné uvést vlastnost nebo vlastnosti, díky nimž má potravina sníženou celkovou energetickou hodnotu.
----------	--	---

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "**méně energie**", "**méně kalorií**"

3	BEZ ENERGETICKÉ HODNOTY	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu bez energetické hodnoty, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none">• neobsahuje-li produkt více než 4 kcal (17 kJ)/100 ml.• V případě stolních sladidel se použije limit 0,4 kcal (1,7 kJ) na porci, se sladivými vlastnostmi odpovídajícími 6 g sacharózy (přibližně 1 kávová lžička sacharózy).
----------	--	---

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: "**bez kalorií**"

4	S NÍZKÝM OBSAHEM TUKU	<p>Tvrzení, že se jedná o nízkotučnou potravinu, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 3 g tuku na 100 g v případě potravin pevné konzistence • nebo 1,5 g tuku na 100 ml v případě tekutin (1,8 g tuku na 100 ml v případě polotučného mléka).
5	BEZ TUKU	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu bez tuku, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 0,5 g tuku na 100 g nebo 100 ml. • Tvrzení vyjádřená jako „X % bez tuku“ jsou však zakázána.
6	S NÍZKÝM OBSAHEM NASYCENÝCH TUKŮ	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s nízkým obsahem nasycených tuků, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud celkový obsah nasycených mastných kyselin a transmastných kyselin v produktu nepřesahuje 1,5 g na 100 g v případě potravin pevné konzistence • nebo 0,75 g na 100 ml v případě tekutin, přičemž v žádném z těchto případů nesmí celkový obsah nasycených mastných kyselin a transmastných kyselin představovat více než 10 % energetické hodnoty.
7	BEZ NASYCENÝCH TUKŮ	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu bez nasycených tuků, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud celkový obsah nasycených tuků a transmastných kyselin nepřesahuje 0,1g nasycených tuků na 100 g nebo 100 ml.
8	S NÍZKÝM OBSAHEM CUKRŮ	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s nízkým obsahem cukrů, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 5 g cukrů na 100 g v případě potravin pevné konzistence • nebo 2,5 g cukrů na 100 ml v případě tekutin.

9	BEZ CUKRŮ	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu bez cukrů, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 0,5 g cukrů na 100 g nebo 100 ml.
----------	------------------	--

- "neslazené" - není výživové tvrzení, může odkazovat i na jiná sladidla než splňující definici "cukry"

10	BEZ PŘÍDAVKU CUKRŮ	<p>Tvrzení, že do potraviny nebyly přidány cukry, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy, pokud:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nebyly do produktu přidány žádné monosacharidy ani disacharidy ani žádná jiná potravina používaná pro své sladivé vlastnosti. <p>Pokud se cukry v potravine vyskytují přirozeně, mělo by být na etiketě rovněž uvedeno: „OBSAHUJE PŘIROZENĚ SE VYSKYTUJÍCÍ CUKRY“.</p>
-----------	---------------------------	---

- Za cukry se považují monosacharidy a disacharidy přítomné v potravine, s výjimkou polyalkoholů. Potraviny používané pro sladivé vlastnosti jsou například med, ovocné šťávy. Za přirozeně se vyskytující cukry považujeme např. cukry z ovoce či mléka.

11	S NÍZKÝM OBSAHEM SODÍKU/SOLI	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s nízkým obsahem sodíku/soli, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 0,12 g sodíku nebo rovnocenné množství soli na 100 g nebo 100 ml. <p>V případě vod jiných než přírodních minerálních vod spadajících do působnosti směrnice 80/777/EHS by tato hodnota neměla být vyšší než 2 mg sodíku na 100 ml.</p>
-----------	-------------------------------------	--

- Obsah ekvivalentu soli: $\text{sůl} = \text{sodík} \times 2,5$. Tvrzení „**bez soli**“ se týká jen sodíku, ne např. draslíku nebo hořčíku

12	S VELMI NÍZKÝM OBSAHEM SODÍKU/SOLI	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s velmi nízkým obsahem sodíku/soli, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 0,04 g sodíku nebo rovnocenné množství soli na 100 g nebo 100 ml. <p>Toto tvrzení nelze použít v případě přírodních minerálních vod a jiných vod.</p>
-----------	---	---

13	BEZ SODÍKU/BEZ SOLI	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu bez sodíku nebo bez soli, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neobsahuje-li produkt více než 0,005 g sodíku nebo rovnocenné množství soli na 100 g.
-----------	----------------------------	--

14	„BEZ PŘÍDAVKU SODÍKU/SOLI (podle nařízení Komise (EU) č. 1047/2012)	<p>Tvrzení uvádějící, že do potraviny nebyl přidán sodík/sůl, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud nebyl do produktu přidán žádný sodík/sůl ani žádná jiná složka, do které byl přidán sodík/sůl, • a výrobek neobsahuje více než 0,12 g sodíku • nebo rovnocenné množství soli na 100 g nebo 100 ml.“
-----------	--	--

15	ZDROJ VLÁKNINY	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu, která je zdrojem vlákniny, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obsahuje-li produkt alespoň 3 g vlákniny na 100 g nebo alespoň 1,5 g na 100 kcal.
-----------	-----------------------	--

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "obsahuje vlákninu".
- "Celozrnný" není výživové tvrzení.

16	S VYSOKÝM OBSAHEM VLÁKNINY	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem vlákniny, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obsahuje-li produkt alespoň 6 g vlákniny na 100 g • nebo alespoň 3 g na 100 kcal.
-----------	---------------------------------------	---

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např. "bohatý na vlákninu"

17	ZDROJ BÍLKOVIN	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu, která je zdrojem bílkovin, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud bílkoviny představují alespoň 12 % energetické hodnoty potraviny.
-----------	-----------------------	--

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "zdroj proteinů", "obsahuje bílkoviny/proteiny".

18	S VYSOKÝM OBSAHEM BÍLKOVIN	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem bílkovin, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud bílkoviny představují alespoň 20 % energetické hodnoty potraviny.
-----------	---------------------------------------	--

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "bohatý na bílkoviny"

19	ZDROJ [NÁZEV VITAMINU/VITAMINŮ] NEBO [NÁZEV MINERÁLNÍ LÁTKY/MINERÁLNÍCH LÁTEK]	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu, která je zdrojem vitaminů nebo minerálních látek, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obsahuje-li produkt alespoň významné množství vitaminů nebo minerálních látek, jak je uvedeno v příloze směrnice 90/496/EHS, • nebo množství uvedené v odchylkách stanovených v článku 6 nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 1925/2006 ze dne 20. prosince 2006 o přidávání vitaminů, minerálních látek a některých dalších látek do potravin (1).
-----------	---	---

- Významné množství – minimálně 15 % RHP.

20	S VYSOKÝM OBSAHEM [NÁZEV VITAMINU/VITAMINŮ] NEBO [NÁZEV MINERÁLNÍ LÁTKY/MINERÁLNÍCH LÁTEK]	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem vitaminů nebo minerálních látek, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obsahuje-li produkt alespoň dvojnásobek hodnoty „zdroje [NÁZEV VITAMINU/VITAMINŮ] • nebo [NÁZEV MINERÁLNÍ LÁTKY/MINERÁLNÍCH LÁTEK]“.
-----------	---	---

- S vysokým obsahem – minimálně 30 % RHP. Nelze použít například "obsahuje spoustu vitaminů" - příliš neurčité

21	OBSAHUJE [NÁZEV ŽIVINY NEBO JINÉ LÁTKY]	<p>Tvrzení, že potravina obsahuje určitou živinu nebo jinou látku, pro které nejsou v tomto nařízení stanoveny zvláštní podmínky, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • splňuje-li produkt všechna příslušná ustanovení tohoto nařízení, a zejména článek 5. <p>Pro vitaminy a minerální látky se použijí podmínky vztahující se na tvrzení „zdroj...“.</p>
-----------	--	--

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "zdroj...", "s obsahem..."

22	SE ZVÝŠENÝM OBSAHEM [NÁZEV ŽIVINY]	<p>Tvrzení, že obsah jedné nebo více živin jiných než vitaminů a minerálních látek byl zvýšen, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • splňuje-li produkt podmínky platné pro tvrzení „zdroj ...“ a zvýšení obsahu představuje ve srovnání s podobným produktem alespoň 30 %.
-----------	---	--

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "**obsahuje více...**"

23	SE SNÍŽENÝM OBSAHEM [NÁZEV ŽIVINY]	<p>Tvrzení, že byl obsah jedné nebo více živin snížen, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud snížení obsahu představuje alespoň 30 % ve srovnání s podobným produktem, • s výjimkou mikroživin, pro něž je přijatelný 10 % rozdíl referenčních hodnot stanovených ve směrnici 90/496/EHS, • a sodíku nebo rovnocenné hodnoty soli, pro něž je přijatelný 25 % rozdíl.
	SE SNÍŽENÝM OBSAHEM NASYCENÝCH TUKŮ (podle nařízení Komise (EU) č. 1047/2012)	<p>„Tvrzení „se sníženým obsahem nasycených tuků“ a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze v těchto případech:</p> <p>a) pokud je celkový obsah nasycených mastných kyselin a transmastných kyselin v produktu označeném tímto tvrzením alespoň o 30 % nižší než celkový obsah nasycených mastných kyselin a transmastných kyselin v podobném produktu a</p> <p>b) pokud je obsah transmastných kyselin v produktu označeném tímto tvrzením stejný jako u podobného produktu nebo nižší (nařízení 1047/2012)</p>
	SE SNÍŽENÝM OBSAHEM CUKRŮ (podle nařízení Komise (EU) č. 1047/2012)	<p>Tvrzení „se sníženým obsahem cukrů“ a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pokud je energetická hodnota produktu označeného tímto tvrzením stejná jako energetická hodnota podobného produktu nebo nižší.“

- Přípustné formulace v rámci slovní flexibility: např.: "obsahuje méně..."

24	LIGHT/LITE (LEHKÝ)	<p>Tvrzení, že se jedná o produkt „light“ nebo „lite“, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, musí splňovat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stejné podmínky, jako jsou podmínky stanovené pro výraz „se sníženým obsahem“; • toto tvrzení musí být také doplněno informací o vlastnosti nebo vlastnostech, díky nimž se jedná o produkt „light“ nebo „lite“.
-----------	---------------------------	--

- "Super-light", "Ultra light", "lehčí" nejsou schválena jako výživová tvrzení

25	PŘIROZENĚ/PŘIROZENÝ	<p>Pokud potravinu přirozeně splňuje podmínky stanovené v této příloze pro použití výživového tvrzení, lze před daným tvrzením použít slovo „přirozeně/přirozený“.</p>
-----------	----------------------------	--

31	ZDROJ OMEGA-3 MASTNÝCH KYSELIN (podle nařízení Komise (EU) č.116/2010)	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu, která je zdrojem omega-3 mastných kyselin, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obsahuje-li produkt alespoň 0,3 g kyseliny alfa-linolenové na 100 g a na 100 kcal • nebo alespoň 40 mg celkového obsahu kyseliny eikosapentaenové a kyseliny dokosaheptaenové na 100 g a na 100 kcal.
-----------	---	---

- Údaj o množství jednotlivých mastných kyselin není nutné v označení uvádět z toho důvodu, že schválené výživové tvrzení deklaruje „zdroj omega-3 mastných kyselin“ a nikoliv zdroj jednotlivých mastných kyselin. PPP musí mít k dispozici dokumentaci potvrzující množství omega mastných kyselin ve výrobku.

32	S VYSOKÝM OBSAHEM OMEGA-3 MASTNÝCH KyselIN (podle nařízení Komise (EU) č.116/2010)	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem omega-3 mastných kyselin, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obsahuje-li produkt alespoň 0,6 g kyseliny alfa-linolenové na 100 g a na 100 kcal • nebo alespoň 80 mg celkového obsahu kyseliny eikosapentaenové a kyseliny dokosaheptaenové na 100 g a na 100 kcal.
-----------	---	---

33	S VYSOKÝM OBSAHEM MONONENASYCENÝCH TUKŮ (podle nařízení Komise (EU) č.116/2010)	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem mononenasycených tuků, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • je-li alespoň 45 % mastných kyselin přítomných v produktu odvozených od mononenasycených tuků • a představují-li mononenasycené tuky více než 20 % energetické hodnoty produktu.
34	S VYSOKÝM OBSAHEM POLYENENASYCENÝCH TUKŮ (podle nařízení Komise (EU) č.116/2010)	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem polynenasycených tuků, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • je-li alespoň 45 % mastných kyselin přítomných v produktu odvozených od polynenasycených tuků • a představují-li polynenasycené tuky více než 20 % energetické hodnoty produktu.
35	S VYSOKÝM OBSAHEM NENASYCENÝCH TUKŮ (podle nařízení Komise (EU) č.116/2010)	<p>Tvrzení, že se jedná o potravinu s vysokým obsahem nenasycených tuků, a jakékoli tvrzení, které má pro spotřebitele pravděpodobně stejný význam, lze použít pouze tehdy:</p> <ul style="list-style-type: none"> • je-li alespoň 70 % mastných kyselin přítomných v produktu odvozených od nenasycených tuků • a představují-li nenasycené tuky více než 20 % energetické hodnoty produktu.“

- **RHP → Referenční hodnota příjmu** (z anglického Reference Intake, dále RI) informuje o optimálním složení každodenní vyvážené stravy průměrného, dospělého a zdravého jedince s přiměřenou hmotností a fyzickou aktivitou a to na základě aktuálních vědeckých poznatků.