

Nährwertbezogene Angaben und Bedingungen für ihre Verwendung

- Geplante EU-Verordnung -

Quelle: [Presseinformation der EU-Kommission](#)

ENERGIEARM

Die Angabe, ein Lebensmittel sei energiearm, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 40 kcal (170 kJ)/100 g und unter 20 kcal (80 kJ)/100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus energiearm sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

ENERGIEREDUZIERT

Die Angabe, ein Lebensmittel sein energie-reduziert, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn der Brennwert um mindestens 30 % verringert ist; dabei sind die Eigenschaften anzugeben, die zu der Reduzierung des Gesamtbrennwerts des Lebensmittels führen.

ENERGIEFREI

Die Angabe, ein Lebensmittel sei energiefrei, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 4 kcal (17 kJ)/100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus energiefrei sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

FETTARM

Die Angabe, ein Lebensmittel sei fettarm, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 3 g Fett/100 g oder weniger als 1,5 g Fett/100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus fettarm sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

FETTFREI/OHNE FETT

Die Angabe, ein Lebensmittel sei fettfrei/ohne Fett, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 0,5 g Fett pro 100 g oder 100 ml enthält. Angaben wie „X % fettfrei“ sind verboten. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus fettfrei sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

ARM AN GESÄTTIGTEN FETTSÄUREN

Die Angabe, ein Lebensmittel sei arm an gesättigten Fettsäuren, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 1,5 g gesättigte Fettsäuren pro 100 g (Feststoffe) bzw. weniger als 0,75 g gesättigte Fettsäuren pro 100 ml (Flüssigkeiten) enthält; Fettsäuren dürfen höchstens 10 % des gesamten Energiewerts liefern. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus arm an gesättigten Fettsäuren sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

FREI VON GESÄTTIGTEN FETTSÄUREN

Die Angabe, ein Lebensmittel sei frei von gesättigten Fettsäuren, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 0,1 g gesättigte Fette pro 100 g oder 100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus frei von gesättigten Fettsäuren sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

ZUCKERARM

Die Angabe, ein Lebensmittel sei zuckerarm, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 5 g Zucker pro 100 g oder 100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus zuckerarm sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

ZUCKERFREI

Die Angabe, ein Lebensmittel sei zuckerfrei, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 0,5 g Zucker pro 100 g oder 100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus zuckerfrei sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

OHNE ZUCKERZUSATZ

Die Angabe, einem Lebensmittel sei kein Zucker zugesetzt worden, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt keine zugesetzten Mono- oder Disaccharide oder irgend ein anderes, wegen seiner süßenden Wirkung verwendetes Lebensmittel enthält.

NATRIUMARM / KOCHSALZARM

Die Angabe, ein Lebensmittel sei natriumarm, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 0,12 g Natrium oder den gleichwertigen Gehalt an Salz pro 100 g oder 100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus natriumarm sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

SEHR NATRIUMARM / KOCHSALZARM

Die Angabe, ein Lebensmittel sei sehr natriumarm, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 0,04 g Natrium oder den gleichwertigen Gehalt an Salz pro 100 g oder 100 ml enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus sehr natriumarm sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

NATRIUMFREI ODER KOCHSALZFREI

Die Angabe, ein Lebensmittel sei natriumfrei, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt weniger als 0,005 g Natrium oder den gleichwertigen Gehalt an Salz pro 100 g enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus natriumfrei sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

BALLASTSTOFFQUELLE

Die Angabe, ein Lebensmittel sei eine Ballaststoffquelle, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt mindestens 3 g Ballaststoffe pro 100 g oder mindestens 1,5 g Ballaststoffe pro 100 kcal enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus eine Ballaststoffquelle sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

HOHER BALLASTSTOFFGEHALT

Die Angabe, ein Lebensmittel habe einen hohen Ballaststoffgehalt, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt mindestens 6 g Ballaststoffe pro 100 g oder mindestens 3 g Ballaststoffe pro 100 kcal enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus einen hohen Ballaststoffgehalt haben, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

PROTEINQUELLE

Die Angabe, ein Lebensmittel sei eine Proteinquelle, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn auf den Proteinanteil mindestens 12 % des gesamten Energiewertes des Lebensmittels entfallen. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus eine Proteinquelle sind, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

HOHER PROTEINGEHALT

Die Angabe, ein Lebensmittel habe einen hohen Proteingehalt, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn auf den Proteinanteil mindestens 20 % des gesamten Energiewertes des Lebensmittels entfallen. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus einen hohen Proteingehalt haben, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

NATÜRLICHE VITAMINQUELLE UND/ODER MINERALSTOFFQUELLE

Die Angabe, ein Lebensmittel sei eine natürliche Vitaminquelle oder Mineralstoffquelle, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt mindestens 15 % der im Anhang der Richtlinie 90/496/EWG des Rates empfohlenen täglichen Menge pro 100 g bzw. pro 100 ml enthält.

VITAMIN- UND/ODER MINERALSTOFFANGEREICHERT

Die Angabe, ein Lebensmittel sei mit Vitaminen oder Mineralstoffen angereichert, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt die Vitamine und/oder Mineralstoffe in einer mindestens signifikanten Menge gemäß dem Anhang der Richtlinie 90/496/EWG enthält.

HOHER VITAMINGEHALT UND/ODER HOHER MINERALSTOFFGEHALT

Die Angabe, ein Lebensmittel habe einen hohen Vitamingehalt und/oder Mineralstoffgehalt, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt mindestens das Doppelte des unter „Vitaminquelle und/oder Mineralstoffquelle“ genannten Werts enthält. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus einen hohen Vitamin- und/oder Mineralstoffgehalt haben, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

ENTHÄLT (NAME DES NÄHRSTOFFS ODER DER ANDEREN SUBSTANZ)

Die Angabe, ein Lebensmittel enthalte einen Nährstoff oder eine andere Substanz, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt die entsprechenden Bestimmungen dieser Verordnung erfüllt. Im Falle von Lebensmitteln, die von Natur aus den genannten Nährstoff oder die sonstige Substanz enthalten, darf dieser Angabe der Zusatz „von Natur aus“ vorangestellt werden.

ERHÖHTER ANTEIL AN (NAME DES MAKRONÄHRSTOFFS)

Eine Angabe, nach der der Gehalt an einem oder mehreren Nährstoffen erhöht wurde, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn das Produkt die Bedingungen für die Angabe „-quelle“ erfüllt und die Erhöhung des Anteils mindestens 30 % gegenüber einem vergleichbaren Produkt ausmacht.

REDUZIERTER ANTEIL AN (NAME DES NÄHRSTOFFS)

Eine Angabe, nach der der Gehalt an einem oder mehreren Nährstoffen reduziert wurde, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat, ist nur zulässig, wenn die Reduzierung des Anteils mindestens 30 % gegenüber einem vergleichbaren Produkt ausmacht, ausgenommen sind Mikronährstoffe, für die ein 10-%iger Unterschied im Nährstoffbezugswert gemäß der Richtlinie 90/496/EWG des Rates akzeptabel ist.

LEICHT

Eine Angabe, nach der ein Produkt „leicht“ ist, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher dieselbe Bedeutung hat, muss dieselben Bedingungen erfüllen wie die Angabe „reduziert“; die Angabe muss außerdem einhergehen mit einem Hinweis auf die Eigenschaften, die das Lebensmittel „leicht“ machen.