

**KĄ REIKIA ŽINOTI
APIE MAISTO PRODUKTŲ ŽENKLINIMĄ
IR ETIKĖTĖSE NURODYTUS TEIGINIUS APIE MAISTINGUMĄ IR SVEIKUMĄ**
(informacinė medžiaga vartotojams)

Vienas iš svarbiausių būdų kaip **vartotojai gali gauti tinkamą informaciją apie maistą** ir maitinimąsi yra maisto produktų ženklavimas. Maisto produkto etikėte teisingai pateikta informacija apie maistą **sudaro galimybes gyventojams rinktis sveikatai palankesnius**, jų mitybos poreikius atitinkančius maisto produktus.

Maisto produktų ženklavimas privalo atitikti visoje Europos Sąjungoje (ES) taikomas maisto produktų ženklavimo taisykles, kurios turi užtikrinti, kad būtų pateikta visapusiška informacija apie perkamus produktus. Kartu su teisiškai privaloma informacija gamintojai ar kiti už maisto ženklavimą atsakingi subjektai savo nuožiūra gali pateikti papildomą informaciją, jeigu ji yra teisinga ir neklaidina vartotojo. Be bendrų Europos Sąjungoje (ES) nustatytų ženklavimo taisyklių visiems maisto produktams, taip pat galioja tiek ES, tiek nacionalinės specialios taisyklės atskiroms maisto produktų grupėms ar produktams (pvz., mėšai, alkoholiui, greitai gendančiam maistui, ekologiškos gamybos maistui, kūdikių mitybos produktams ir kt.).

Nuo 2014 m. gruodžio 13 d. visų ES valstybių narių, tarp jų ir Lietuvos rinkai tiekiamų maisto produktų ženklavimas turi atitikti **Europos Parlamento ir Tarybos reglamento Nr. 1169/2011** dėl informacijos apie maistą teikimo vartotojams (toliau – Reglamentas) reikalavimus. Reglamentu 1169/2011 nustatomi informaciją apie maistą, visų pirma maisto produktų ženklavimą, reglamentuojantys bendrieji principai, reikalavimai ir atsakomybė.

Vienas iš Reglamento reikalavimų, kad **informacija apie maistą neturi klaidinti vartotojų**, visų pirma:

- dėl maisto produkto ypatybių, ypač jo pobūdžio, tapatumo, savybių, sudėties, kiekio, tinkamumo vartoti termino, kilmės ar kilmės vietos, gamybos ar ruošimo būdo;
- priskiriant maisto produktui poveikį arba savybių, kurių jis iš tikrųjų neturi;
- darant užuominą apie ypatingas maisto produkto savybes, nors jos iš tikrųjų yra būdingos visiems tokiems panašiams maisto produktams, ypač specialiai atkreipiant dėmesį į tam tikrų sudedamųjų dalių ir (arba) maistinių medžiagų buvimą ar nebuvimą.

Visa privaloma informacija apie maistą turi būti parašyta vartotojams lengvai suprantama kalba (t.y. valstybine kalba), tačiau etikėte nedraudžiama duomenų nurodyti keliomis kalbomis. Ant visų Lietuvos rinkoje esančių maisto produktų (tiek pagamintų Lietuvoje, tiek ES ar kitose ne ES šalyse) etikečių pateikiama informacija **privalo būti nurodyta lietuvių kalba**.

Siekiant užtikrinti, kad privalomi duomenys apie maistą, kurie turi būti nurodomi ant pakuotės ar prie jos pritvirtintoje etikėteje, būtų įskaitomi, Reglamente nustatyta, kad jie turi būti **spausdinami šriftu, kurio rašmenų x (minimalus) aukštis yra lygus 1,2 mm arba didesnis**. Ant pakuočių arba taros, kurių didžiausias paviršiaus plotas yra mažesnis kaip 80 cm², šrifto dydžio x aukštis turi būti lygus 0,9 mm arba didesnis.

Ženklaviant maisto produktus **privaloma nurodyti šiuos duomenis**:

- maisto produkto **pavadinimą** (visada privalu nurodyti);
- **sudedamųjų dalių sąrašą** (išskyrus tam tikrus atvejus, nurodytus Reglamente, kai nereikia nurodyti sudedamųjų dalių sąrašo);
- **visas** Reglamento II priede išvardytas sudedamąsias dalis ar pagalbines perdirbimo medžiagas, ar medžiagas, gautas iš II priede išvardytų medžiagų arba produktų, **sukeliančių alergijas ar netoleravimą**, naudojamus gaminant ar ruošiant maisto produktą ir išliekančius galutiniame produkte, nors ir pakitusiu pavidalu (t. y. kai tokių medžiagų yra maisto produkto sudėtyje);

- **tam tikrų sudedamųjų dalių** ar jų kategorijų **kiekį** (kai reikia, t. y. sudedamųjų dalių kiekis nurodomas tik tam tikrais Reglamente numatytais atvejais);
- maisto produkto **grynąjį kiekį** (privalu nurodyti, išskyrus kai kuriuos atvejus, nurodytus Reglamente);
- **minimalų tinkamumo vartoti terminą arba nuorodą „Tinka vartoti iki...“ (data)** (visada privalu nurodyti);
- visas **specialias laikymo ir (arba) vartojimo sąlygas** (kai reikia);
- **maisto verslo operatoriaus pavadinimą ar įmonės pavadinimą ir adresą**;
- kilmės šalį ar kilmės vietą (visais atvejais, numatytais specialiosiose nuostatuose arba jei jos nenurodžius vartotojas būtų klaidinamas dėl tikrosios maisto produkto kilmės šalies ar kilmės vietos);
- **vartojimo instrukciją, jei** be jos būtų sudėtinga teisingai vartoti šį maisto produktą;
- daugiau kaip 1,2 % tūrio koncentracijos alkoholio turinčių gėrimų faktinę alkoholio koncentraciją, išreikštą tūrio procentais;
- **maistingumo deklaraciją** (privaloma nuo 2016-12-13).

Į KĄ ATKREIPTI DĖMESĮ MAISTO PRODUKTO ETIKETĖJE

1. MAISTO PRODUKTO PAVADINIMAS

Ženklinant maisto produktus visada turi būti nurodytas **įprastinis** arba **teisės aktuose reglamentuotas** maisto **produkto pavadinimas**. Nei prekės ženklas, nei registruotas produkto pavadinimas, nei išgalvotas pavadinimas negali būti vartojami vietoj maisto produkto pavadinimo; jie gali būti vartojami kartu su maisto produkto pavadinimu. Pvz., **mėsa, duona „Rugelis“**, šiuo atveju „mėsa“ ir „duona“ yra maisto produkto pavadinimas, o „Rugelis“ jau yra registruotas arba sugalvotas pavadinimas.

Kai kurių maisto produktų pavadinimai gali būti reglamentuoti teisės aktuose. Pvz., maisto produkto pavadinimas **„vaisių sultys“** yra reglamentuotas teisės aktuose, todėl pavadinimas „vaisių sultys“ gali būti vartojamas tik maisto produktui, kuris yra skystis, sunkiamas iš sveikų, prinokusių, šviežių arba atšaldytų vienos ar daugiau sumaišytų rūšių vaisių, kurio spalva, aromatas ir skonis būdingas tiems vaisiams, iš kurių jis pagamintas.

Teisės aktuose reglamentuotų maisto produktų pavadinimų pavyzdžiai: **„vaisių nektaras“**, **„pienas“**, **„nugriebtas pienas“**, **„liesas pienas“**, **„sūris“**, **„pelėsinis sūris“**, **„medus“** ir kiti.

Kartu su parduodamo maisto produkto pavadinimu turi būti pateikiama informacija apie maisto produkto pavidalą arba ypatingą jo apdorojimą visais **atvejais, kai, nepateikus** šios informacijos, pirkėjas galėtų būti suklaidintas (pvz., susmulkintas į miltelius, pakartotinai užšaldytas, išdžiovintas šaldant, greitai užšaldytas, koncentruotas, rūkytas, **šaldyta žuvis, vytinta dešra** ir pan.).

Ant visų jonizuojančiąja spinduliuote apdorotų maisto produktų turi būti nuorodos „švitinta“ arba **„apdorota jonizuojančiąja spinduliuote“**.

Maisto produktų, kurie prieš parduodant buvo užšaldyti ir kurie **parduodami atitirpinti**, atveju, prie maisto produkto pavadinimo turi būti pateikiama nuoroda **„atitirpintas“**.

Jei dešrelės apvalkalas nevalgomas, tai turi būti nurodyta (pvz., „Dešrelės apvalkalas nevalgomas“).

Reglamente taip pat numatyti atskiri reikalavimai, nurodant mėsos ir mėsos gaminių pavadinimus, t. y. pvz., kada galima rašyti **„smulkinta mėsa“**, „sudarytas (-a) iš mėsos gabalų“ ir pan.

2. GRYNASIS KIEKIS

Skysčių grynasis kiekis privalo būti nurodytas **tūrio vienetais**: litrais, centilitrais arba mililitrais, **kitų produktų – masės vienetais**: kilogramais arba gramais.

Pvz., **300 ml**, 1,5 l; **100 g**; 0,5 kg ir pan. Žodžiai „Grynasis kiekis“ gali būti rašomi, tačiau tai nėra privalomas reikalavimas.

Kai kietas maisto produktas pateikiamas skystoje terpėje, ženklinant nurodomas ir grynasis maisto produkto svoris be skystos terpės, o jei maisto produktas yra glazūruotas – be glazūros. Pvz., ženklinant konservuotus žirnelius nurodoma: grynasis svoris 690 g, sausasis svoris 430 g.

Reglamento IX priede nurodyti kai kurie atvejai, kada maisto produkto grynojo kiekio nurodyti nereikia. Pvz., grynojo kiekio neprivaloma nurodyti maisto produktams, kurių grynasis kiekis mažesnis nei 5 g ar 5 ml (tačiau ši nuostata netaikoma prieskoniams ir prieskoniniams augalams); kurie paprastai parduodami vienetais, jei vienetų skaičius gali būti aiškiai matomas ir jie gali būti suskaičiuojami iš išorės arba, jei taip nėra, nurodytas ženklinant ir pan.

3. SUDEDAMŪJŲ DALIŲ SĄRAŠAS

3.1. Į sudedamųjų dalių sąrašą įtraukiamos visos gamyboje naudotos maisto produkto sudedamosios dalys mažėjančia tvarka pagal kiekį. Sąrašas vadinamas „**Sudedamosios dalys**“. Visada turi būti nurodomi sudedamųjų dalių pavadinimai, tačiau sudedamųjų dalių kiekio nurodyti nereikia, išskyrus tuos atvejus, kurie nurodyti Reglamente ir bus aptarti toliau*.

Pvz., „Sudedamosios dalys. Cukrus, *kvietiniai* miltai, ryžių miltai (15 proc.), palmių riebalai, vanduo, saulėgražos, tešlos kildymo medžiaga E 500, konservantas E 220, maistinė juoduota druska, braškių kvapioji medžiaga“.

Kai kuriems maisto produktams nereikalaujama teikti sudedamųjų dalių sąrašo, pvz., kai maisto produktas susideda iš vienos sudedamosios dalies; neluptų nesmulkintų ar panašiai neapdorotų šviežių vaisių ir daržovių, įskaitant bulves; gazuoto vandens, kurio apraše nurodyta, kad jis gazuotas ir t. t.

Visos dirbtinai sukurtų nanomedžiagų pavidalu esančios sudedamosios dalys aiškiai nurodomos sudedamųjų dalių sąrašė. Po tokių sudedamųjų dalių skliausteliuose nurodomas žodis „nano“.

Reglamento VII priede taip pat nurodytos tam tikros kitos nuostatos, kada ir kaip reikia nurodyti kai kurias maisto produkto sudedamąsias dalis. Pvz., vaisiai, daržovės ar grybai, iš kurių nė vienas nėra vyraujantis pagal svorį ir kurie naudojami kintančiomis dalimis mišinyje, kuris yra maisto produkto sudedamoji dalis, sudedamųjų dalių sąrašė gali būti rašomi „vaisiai“, „daržovės“ ar „grybai“, pridėdant žodžius „įvairiomis dalimis“, po kurių iš karto pateikiamas esančių vaisių, daržovių ar grybų sąrašas; jei sudedamoji dalis yra rafinuoti gyvūninės kilmės riebalai – sudedamųjų dalių sąrašė turi būti rašoma „riebalai“ su būdvardžiu „gyvūniniai“ arba nuoroda į konkrečią gyvūninę nuorodą; jei sudedamoji dalis yra hidrinti riebalai, sudedamųjų dalių sąrašė atitinkamai prieš žodį „riebalai“ turi būti įrašomi žodžiai „iš dalies hidrinti“ arba „visiškai hidrinti“ ir t. t.

Maisto priedai ir maisto fermentai, išskyrus tuos, kurie galutiniame produkte neatlieka technologinės funkcijos ar yra naudojami kaip pagalbinės perdirbimo medžiagos, priskiriami vienai iš toliau išvardytų kategorijų, turi būti nurodomi pagal tos **kategorijos pavadinimą**, o po jo turi būti nurodytas **specifinis pavadinimas arba**, jei tinkama, **E numeris**. Jei sudedamoji dalis priskiriama daugiau kaip vienai kategorijai, nurodoma kategorija pagal šiame maisto produkte atliekamą pagrindinę funkciją.

Rūgštis	Putojimą sukianti medžiaga
Rūgštingumą reguliuojanti medžiaga	Stingdiklis
Lipnumą reguliuojanti medžiaga	Glajinė medžiaga
Medžiaga nuo putojimo	Drėgmę išlaikanti medžiaga
Antioksidantas	Modifikuotas krakmolos ⁽²⁾
Užpildas	Konservantas
Dažiklis	Suslėgtosios dujos
Emulsiklis	Tešlos kildymo medžiaga
Emulsinimo druskos ⁽¹⁾	Atskyriklis
Kietiklis	Stabilizatorius
Aromato ir skonio stipriklis	Saldiklis
Miltų apdorojimo medžiaga	Tirštiklis
⁽¹⁾ Tik lydytam sūriui ir jo produktams, kurių pagrindinė sudedamoji dalis yra lydyti sūriai.	
⁽²⁾ Specifinį pavadinimą arba E numerį nurodyti nebūtina.	

Pvz., „Sudedamosios dalys. Cukrus, miltai, **stabilizatorius E 412, rūgštingumą reguliuojanti medžiaga E 330**, kakavos sviestas, **dažiklis E 100**, džiovėsiai“ arba „Sudedamosios dalys. Cukrus, miltai, **stabilizatorius guaro derva, rūgštingumą reguliuojanti medžiaga citrinų r.**, kakavos sviestas, **dažiklis kurkuminas**, džiovėsiai“.

Kvapiosios medžiagos vadinamos žodžiais „kvapioji medžiaga“ („kvapiosios medžiagos“) arba konkretesniu kvapiosios medžiagos pavadinimu, arba jos aprašymu. Pvz., Cukrus, miltai, stabilizatorius E 412, rūgštingumą reguliuojanti medžiaga E 330, kakavos sviestas, dažiklis E 100, džiovėsiai, **kvapioji medžiaga**“ arba „Sudedamosios dalys. Cukrus, miltai, stabilizatorius guaro derva, rūgštingumą reguliuojanti medžiaga citrinų r., kakavos sviestas, dažiklis kurkuminas, džiovėsiai, **braškių kvapioji medžiaga**“.

3.2. Alergijas ar netoleravimą sukiančios medžiagos arba produkto pavadinimo nurodymas

Maisto produktų gamyboje naudojamos ir produktuose išliekančios tam tikros sudedamosios dalys, kitos medžiagos arba produktai (pvz., žemės riešutai, pienas, kiaušiniai, žuvis) **gali sukelti vartotojų alergijas arba netoleravimą**, o kai kurios alergijos arba netoleravimas yra pavojingi atitinkamų asmenų sveikatai. Todėl svarbu, kad būtų pateikta informacija, ar maisto produkto sudėtyje yra medžiagų arba produktų, galinčių sukelti alergijas arba netoleravimą, kad **maistui alergiški ar jo netoleruojantys vartotojai galėtų pagrįstai rinktis saugius maisto produktus**.

Alergijas ar netoleravimą sukiančios medžiagos arba **produkto pavadinimas** pabrėžiamas pateikiant jį taip, kad jis aiškiai išsiskirtų iš kitų sąrašo sudedamųjų dalių, pvz., **pasirenkant tam tikrą šriftą, stilių arba fono spalvą**.

Pvz., „Sudedamosios dalys. **Kvietiniai** miltai, vanduo, **pienas, kiaušiniai**, bulvių krakmolos, **žemės riešutai**, džiovintos braškės, cukrus“ arba „Sudedamosios dalys. **Kvietiniai** miltai, vanduo, **pienas, kiaušiniai**, bulvių krakmolos, **žemės riešutai**, džiovintos braškės, cukrus“ ir pan.

Kai sudedamųjų dalių sąrašo nėra, rašoma „sudėtyje yra“ ir po šių žodžių nurodomas alergijas ar netoleravimą sukiančios medžiagos arba produkto pavadinimas. Tokių duomenų pateikti nereikalaujama tais atvejais, kai maisto produkto pavadinime aiškiai nurodyta atitinkama medžiaga arba produktas.

Alergijas ar netoleravimą sukeliančios medžiagos arba produktai, kurių pavadinimus reikia nurodyti maisto produktų sudedamųjų dalių sąrašė, **išvardytos Reglamento II priede.**

3.3. Genetiškai modifikuotų sudedamųjų dalių nurodymas

Ženklinant maisto produktus, kuriuose yra daugiau kaip 0,9 % genetiškai modifikuotų organizmų (GMO), turi būti nurodyta, kad produkto sudėtyje yra genetiškai modifikuotų organizmų, pvz., „Šiame produkte yra genetiškai modifikuotų organizmų“ arba „Šiame produkte yra genetiškai modifikuoto (-ų) [organizmo (-ų) pavadinimas]“. T. y. privaloma ženklinti tik maisto produktus, kurių sudėtyje GMO kiekis yra didesnis nei 0,9 proc., tokiu atveju visos medžiagos, kurių sudėtyje yra GMO arba kurios pagamintos iš jų, turi būti išvardintos sudedamųjų dalių sąrašė kartu su žodžiais „genetiškai modifikuotas“.

- **Pvz.**, „Sojų aliejus pagamintas iš genetiškai modifikuotų sojų pupelių“ arba „produkto sudėtyje yra genetiškai modifikuotų sojų pupelių“.
- **Pvz.**, jei gaminant tortus, sausainius ir pan., kaip sudedamoji dalis naudojamas margarinas, kurio sudėtyje yra sojų aliejaus, pagaminto iš genetiškai modifikuotų sojų pupelių, sudedamųjų dalių sąrašė privaloma nurodyti: „Margarinas, kurio sudėtyje yra sojų aliejaus, pagaminto iš genetiškai modifikuotų sojų pupelių“.

3.4. Sudedamųjų dalių kiekių* nurodymas (procentais)

Atskiros **sudedamosios dalies** arba tam tikros kategorijos sudedamųjų dalių, naudotų maisto produktui gaminti ar ruošti, **kiekis** privalo būti **nurodomas, kai** sudedamoji dalis arba atitinkamų sudedamųjų dalių kategorija:

- **nurodyta maisto produkto pavadinime** arba paprastai vartotojams asocijuojasi su tuo maisto produktu (pvz., jei maisto produkto pavadinimas yra „varškė su razinomis“, reikia nurodyti razinų kiekį procentais šalia produkto pavadinimo arba sudedamųjų dalių sąrašė šalia žodžio „razinos“ skliaustuose nurodyti razinų kiekį procentais);
- ženklinant **išskiriama žodžiais, piešiniais ar grafiniais ženklais** (pvz., etiketėje nupieštos braškės ir „braškės“ nurodytos ir produkto sudedamųjų dalių sąrašė);
- arba labiausiai atspindi maisto produkto savybes ir leidžia jį atskirti nuo kitų produktų, su kuriais jis gali būti supainiotas dėl jo pavadinimo ar išvaizdos.

Sudedamosios dalies arba sudedamųjų dalių kategorijos **kiekis** nurodomas išreiškiant **procentiniu dydžiu**, atitinkančiu sudedamosios dalies arba sudedamųjų dalių kiekį jos (jų) naudojimo metu. Ši informacija turi būti pateikiama **maisto produkto pavadinime** arba **iš karto po jo** arba **sudedamųjų dalių sąrašė**, susijusiam su atitinkama sudedamąja dalimi arba sudedamųjų dalių kategorija.

4. MINIMALUS TINKAMUMO VARTOTI TERMINAS, NUORODA „TINKA VARTOTI IKI...“ IR UŽŠALDYMO DATA

Maisto produkto tinkamumo vartoti terminas nurodomas taip:

- „**Geriausias iki...**“, kai datoje rašoma diena,
- „**Geriausias iki ... (pabaigos)**“ – kitais atvejais (t. y. kai datoje nerašoma diena, o tik metai arba metai ir mėnuo – iki tų metų ar mėnesio pabaigos)

Šalia šių žodžių užrašoma data arba nuoroda į tai, kurioje pakuotės vietoje ji yra. Data rašoma neužkoduota forma šia tvarka: **diena, mėnuo ir metai** (t. y. įrašoma konkreti data arba pateikiama nuoroda į tai, kurioje etiketės vietoje ji yra). Pvz., „Geriausias iki 21 06 2015“; „Geriausias iki 06 2015 (pabaigos)“; „Geriausias iki: ŽR. pakuotės apačioje“ ir pan.

• Maisto produktų, kurie mikrobiologiniu požiūriu yra **greitai gendantys** ir dėl to per trumpą laiką gali staiga sukelti pavojų žmonių sveikatai, minimalus tinkamumo vartoti terminas

nurodomas taip: „**Tinka vartoti iki...**“ ir įrašoma **data** arba nuoroda į tai, kurioje ženklavimo vietoje ji nurodyta, ir po šios informacijos, jei reikia, aprašomos laikymo sąlygos, kurių būtina laikytis. Praėjus datai „Tinka vartoti iki....(data)“ maisto produktas laikomas nesaugiu.

Šaldytai mėšai, **šaldytiems** mėsos pusgaminiams ir šaldytiems neperdirbtiems žuvininkystės produktams taip pat reikia nurodyti užšaldymo datą arba pirmojo užšaldymo datą, jei produktas buvo užšaldytas daugiau nei vieną kartą: „**Užšaldyta ... (data)**“. Data rašoma taip: **diena, mėnuo ir metai**.

Kai kuriems maisto produktams nereikalaujama nurodyti minimalaus šių produktų tinkamumo vartoti termino: neluptų, nesmulkintų arba panašiai neapdorotų šviežių vaisių ir daržovių, įskaitant bulves; vynu, likerinių, putojančių, aromatintų vynu ir panašių produktų, gautų iš kito nei vynuogės vaisiaus; gėrimų, kurių alkoholio koncentracija tūrio procentais yra 10 % arba didesnė; kepinų arba miltinių konditerijos gaminių, kurie, atsižvelgiant į jų sudėtį, paprastai suvartojami per 24 valandas nuo pagaminimo; acto, valgomosios druskos, kietojo cukraus, konditerijos gaminių, susidedančių beveik vien iš aromatinto ir (arba) dažyto cukraus, kramtomosios gumos ir panašių kramtomųjų produktų.

5. MAISTO TVARKYMO SUBJEKTO PAVADINIMAS IR ADRESAS

Turi būti nurodytas Europos Sąjungoje įsisteigusio ir **atsakingo už informacijos apie maistą teikimą** maisto verslo operatoriaus* (gamintojo ar pakuotojo, ar pardavėjo, ar importuotojo į Europos Sąjungos rinką) **pavadinimas** ir **adresas** (pvz., UAB „A“, adresas: Aurų g. 191, LT-07170 Vilnius, Lietuva).

* maisto verslo operatorius, atsakingas už informacijos apie maistą teikimą, yra operatorius, kurio pavarde ar įmonės pavadinimu prekiaujama maistu produktu arba, jei tas operatorius nėra įsisteigęs ES, importuotojas į ES rinką.

6. INFORMACIJA APIE KILMĖS VIETĄ

Informaciją apie kilmės šalį ar kilmės vietą **būtina pateikti, jei** tokios informacijos nepateikus, **pirkėjas būtų klaidinamas dėl tikrosios maisto produkto kilmės**, ypač tuo atveju, jei visa su maisto produktu susijusi pateikta informacija arba etiketė leistų daryti prielaidą, kad šio maisto produkto kilmės šalis ar kilmės vieta yra kita.

Šis reikalavimas taip pat taikomas tais atvejais, kai maisto produkto prekinis pavadinimas arba kiti simboliai ant etikečių (pvz., paveikslukas, vėliavėlė arba informacija apie vietą) galėtų suklaidinti vartotoją dėl produkto tikrosios kilmės.

Tais atvejais, kai maisto produkto kilmės šalis ar kilmės vieta yra nurodyta, tačiau ji skiriasi nuo jo pagrindinės sudedamosios dalies kilmės šalies ar kilmės vietos taip pat nurodoma atitinkamos pagrindinės (-ių) sudedamosios (-ųjų) dalies (-ių) kilmės šalis ar kilmės vieta, arba nurodoma, kad pagrindinės sudedamosios dalies kilmės šalis ar kilmės vieta yra kita nei to maisto produkto (pvz., tuo atveju, kai braškių uogienei, pagamintai Lietuvoje ir paženklintai kilmės nuoroda „Kilmės šalis – Lietuva“, buvo naudotos Lenkijoje užaugintos braškių uogos).

Pateikti informaciją apie kilmės šalį ar kilmės vietą **visada privaloma** ženklinant **medų, šviežius vaisius ir daržoves, vyną, alyvuogių aliejų, ekologiškus maisto produktus, žuvis bei jautieną ir jos produktus**, o nuo 2014 m. gruodžio 13 d. – ir kitą mėsą: šviežią, atšaldytą arba sušaldytą **kiaulieną, avieną, ožkieną ir naminių paukščių mėsą**.

7. SPECIALIOS LAIKYMO IR VARTOJIMO SĄLYGOS, VARTOJIMO INSTRUKCIJA

Šią informaciją būtina pateikti, kai maisto produktą būtina laikyti ir (arba) vartoti ypatingomis sąlygomis. Pvz., ant vaisių sulčių pakuotės būna nurodyta „Laikyti kambario temperatūroje. Prieš atidarant suplakti. Atidarius laikyti šaldytuve ir suvartoti per 2 paras“.

8. MAISTINGUMO DEKLARACIJA (maistingumo ženklintas)

Maistingumo deklaracijoje aprašoma maisto produkto **energinė** (kilodžialiais (kJ) ir kilokalorijomis (kcal) **ir maistinė** (pvz., baltymai, riebalai, angliavandeniai, skaidulinės medžiagos, vitaminai, mineralinės medžiagos ir kt.) **vertė**.

Maistingumo deklaracija privaloma nuo 2016 m. gruodžio 13 d.

Iki 2016 m. gruodžio 13 d. maistingumo ženklintas privalomas tik tuo atveju, jeigu yra pateikiami teiginiai apie sveikumą (pvz., vitaminas C padeda palaikyti normalią imuninę sistemą, geležis padeda palaikyti normalų raudonųjų kraujo kūnelių ir hemoglobino susidarymą ir pan.) ir (ar) maistingumą (pvz., mažai kalorijų, mažai riebalų, baltymų šaltinis, daug vitaminų ir pan.) arba maisto produktai yra papildyti vitaminais ar mineralinėmis medžiagomis. Jei maistingumas ženklintas iki minėtos datos savanoriškai, jis taip pat turi atitikti Reglamente nurodytus reikalavimus.

Privalomoje maistingumo deklaracijoje nurodoma ši informacija:

**energinė vertė ir
riebalų, sočiųjų riebalų rūgščių,
angliavandenių, cukrų,
baltymų ir
druskos*** kiekiai.

* kai tinkama, šalia maistingumo deklaracijos gali būti pateiktas teiginys, kad produkte esanti druskos kiekį nulemia tik natūraliai jame susidarantis natrias.

Privalomos maistingumo deklaracijos turinys gali būti papildytas nurodant vienos ar kelių šių medžiagų kiekius: *mononesočiųjų riebalų rūgščių, polinesočiųjų riebalų rūgščių, poliolių, krakmolo, skaidulinių medžiagų*, kai kurių *vitaminų ar mineralinių medžiagų* (kurių kiekiai yra dideli) kiekius.

Energinė vertė ir maistinių medžiagų kiekis nurodomi 100 g arba 100 ml produkto.

Energinė vertė ir maistinių medžiagų kiekiai gali būti nurodomi vienai porcijai ir (arba) vartojimo vienetui, kuris yra vartotojui lengvai atpažįstamas, jei etiketėje nurodomos naudojamos porcijos arba vieneto kiekis ir pakuotėje esančių porcijų arba vienetų skaičius.

Kai nurodomi vitaminai ir mineralinės medžiagos, turi būti nurodomi ne tik jų kiekiai, bet ir referencinių suvartojamų kiekių (referencinės maistinės vertės – **RMV***) procentiniai dydžiai 100 g ar 100 ml produkto.

* referencinis vartojimo kiekis, referencinė maistinė vertė iki Reglamento įsigaliojimo buvo etiketėse nurodoma kaip rekomenduojama paros norma (RPN).

Vitaminų ir mineralinių medžiagų RMV nurodyta Reglamento XIII priede.

Reglamento XV priede nurodyta, kad matavimo vienetai, kurie turi būti naudojami maistingumo deklaracijoje energinei vertei (kilodžauliai (kJ) ir kilokalorijos (kcal)) bei masei (gramai (g), miligramai (mg) ir mikrogramai (µg)) nurodyti ir informacijos pateikimo tvarka yra atitinkamai tokie:

energinė vertė	kJ ir kcal
riebalai	g
iš kurių:	
– sočiųjų riebalų rūgščių	g
– mononesočiųjų riebalų rūgščių	g
– polinesočiųjų riebalų rūgščių	g
angliavandeniai	g
iš kurių:	
– cukrų	g
– poliolių	g
– krakmolo	g
skaidulinės medžiagos	g
baltymai	g
druska	g
vitaminai ir mineralinės medžiagos	mg ir µg

9. TEIGINIAI APIE MAISTO PRODUKTO MAISTINGUMĄ IR (AR) SVEIKATINGUMĄ (SVEIKUMĄ)

Teiginys apie maistingumą – teiginys, kuriuo tiesiogiai ar netiesiogiai teigiama, kad maisto produktas turi tam tikrų naudingų savybių dėl energijos (kaloringumo), maistinių arba kitų medžiagų, kurių jis turi, turi mažesnę ar didesnę kiekį arba neturi. Pvz., etiketėje užrašyta „**mažai kalorijų**“, „**mažai riebalų**“, „**be riebalų**“, „**daug baltymų**“, „**vitaminų C ir folio r. šaltinis**“ ir pan.

Teiginys apie sveikatingumą (sveikumą) – teiginys, kuriuo tiesiogiai ar netiesiogiai teigiama ar užsimenama, kad esama ryšio tarp maisto produkto kategorijos, maisto produkto ar vienos jo sudedamųjų dalių ir sveikatos. Pvz., „**Baltymai padeda išsaugoti raumenų masę**“, „**Kalcis reikalingas normaliai kaulų būklei palaikyti**“, „**Vitaminas A padeda išsaugoti normalų regėjimą**“ ir pan.

Teiginiai apie maistingumą ir sveikatingumą turi būti pagrįsti ir įrodyti visuotinai pripažintais moksliniais įrodymais.

Leidžiama vartoti tik tuos teiginius apie maistingumą ir sveikumą, kurie atitinka 2006 m. gruodžio 20 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamentą (EB) Nr. 1924/2006 dėl teiginių apie maisto produktų maistingumą ir sveikatingumą ir yra įtraukti į leidžiamų vartoti teiginių sąrašus.

Teiginiai apie maistingumą leidžiami tik tuo atveju, jei jie išvardyti Reglamento 1924/2006 priede ir atitinka šiame reglamente išdėstytas sąlygas. Pvz., užrašas „daug skaidulinių medžiagų“ – teiginys, kad maisto produktas turi daug skaidulinių medžiagų gali būti nurodomas tik tuo atveju, jei 100 g produkto yra mažiausiai 6 g skaidulinių medžiagų (maistinių skaidulų) arba 100 kcal – mažiausiai 3 g skaidulinių medžiagų; užrašas „mažai cukrų“ – teiginys, kad maisto produktas turi mažai cukrų gali būti nurodomas tik tuo atveju, jei 100 g produkto yra ne daugiau kaip 5 g arba skysto 100 ml produkto yra ne daugiau kaip 2,5 g cukrų ir pan.

Teiginiai apie sveikatingumą (sveikumą), įtraukti į leidžiamų vartoti teiginių sąrašus, taip pat privalo atitikti jiems nustatytas sąlygas. Pvz., teiginys „Vitaminas C padeda palaikyti normalią imuninės sistemos veiklą“ gali būti vartojamas kalbant tik apie tą maisto produktą, kuris yra bent jau vitamino C šaltinis, t. y. šį teiginį galima rašyti tik tada, jei 100 g produkto vitamino C yra ne mažiau kaip 15 proc. vitamino C referencinės maistinės vertės; teiginys „Graikiniai riešutai padeda

gerinti kraujagyslių elastingumą“ gali būti vartojamas kalbant tik apie maisto produktus, su kuriais per parą gaunama 30 g graikinių riešutų; šiuo atveju vartotojui taip pat turi būti pateikta informacija, kad „teigiamas poveikis pasireiškia per parą suvartojant 30 g graikinių riešutų“; teiginys „Pektinai padeda palaikyti normalią cholesterolio koncentraciją kraujyje“ gali būti vartojamas kalbant tik apie maisto produktą, su kuriuo per parą gaunama 6 g pektinų; šiuo atveju vartotojui taip pat turi būti pateikta informacija, kad „teigiamas poveikis atsiranda per parą suvartojant 6 g pektinų“ ir pan.

Nuo 2012 m. gruodžio 14 d. leidžiama pateikti ženklinant maisto produktus tik tuos teiginius apie sveikumą, kurie yra leidžiamų vartoti teiginių apie maisto produktų sveikumą, išskyrus teiginius apie susirgimo rizikos mažinimą, vaikų vystymąsi ir sveikatą, sąraše, patvirtintame Europos Komisijos reglamentu (EB) Nr.432/2012 (OL 2012 L 136, p. 1) ir Komisijos reglamentu (ES) Nr. 274/2014 (nauja sąrašo redakcija lietuvių kalba) (OL 2014 L 83, p. 1). Šiuo metu sąraše yra virš 220 leistinių teiginių apie sveikatingumą.

Draudžiami teiginiai apie sveikatingumą, kuriais:

- daroma užuomina, kad sveikatai gali būti padarytas poveikis dėl to maisto produkto nevartojimo;

- nurodoma, kiek ir kaip greitai galima numesti svorio;

- daroma nuoroda į atskirų gydytojų ar sveikatos srities specialistų rekomendacijas.

Jeį pateikiami teiginiai apie maistingumą arba sveikumą, turi būti pateikiama privalomoji maistingumo deklaracija; turi būti parašyta įvairios ir subalansuotos mitybos ir sveiko gyvenimo būdo svarba ir pan.

11. PAPILDOMI PRIVALOMI DUOMENYS APIE KONKREČIAS MAISTO PRODUKTŲ RŪŠIS AR KATEGORIJAS

Tam tikrais atvejais etiketėse gali būti nurodyti kiti privalomi papildomi duomenys apie konkrečių rūšių ar kategorijų maisto produktus, pvz., užrašas „supakuotas naudojant apsaugines dujas“ turi būti rašomas, jei produktas supakuotas naudojant apsaugines dujas; užrašas „su saldikliu (-iais)“ arba „su cukrumi (-ais) ir saldikliu (-iais)“ turi būti pateiktas prie maisto produkto pavadinimo, jei maisto produkto sudėtyje yra saldiklio ar saldiklių arba jei į maisto produktus įdėta tiek saldiklio arba saldiklių, tiek cukraus arba cukrų; užrašas „Sudėtyje daug kofeino. Nerekomenduojama vaikams, nėščioms ar žindančioms moterims“ tame pačiame regėjimo lauke kaip ir gėrimo pavadinimas, po užrašo skliausteliuose nurodomas kofeino kiekis mg/100 ml rašomas tada, kai gėrimuose, išskyrus tuos, kurių pavadinime yra žodis „kava“ arba „arbata“, kofeino dalis yra didesnė kaip 150 mg/l.

Daugiau informacijos Reglamento 10 str. ir III priede.

10. KITA INFORMACIJA, KURI GALI BŪTI PATEIKIAMA ETIKETĖSE

Maisto produktų etiketėse taip pat gali būti pateikiama informacija apie maisto produkto saugomą kilmės vietą ar saugomą geografinę kilmę, informacija apie tai, kad produktas registruotas kaip garantuotas tradicinis gaminys ir pan.

Kituose teisės aktuose gali būti nurodyta, kad ženklinant konkrečius maisto produktus, be paminėtuose teisės aktuose nurodytos informacijos, turi būti pateikta ir kita papildoma informacija. Pvz., kai ženklinami maisto produktai, papildyti vitaminais ar mineralinėmis medžiagomis; ekologiškai pagaminti/užauginti produktai; kai kurie maisto produktai pagal Žemės ūkio ministerijos patvirtintus privalomuosius kokybės reikalavimus (šokoladas ir jo gaminiai, kai kurie pieno produktai ir pan.), išskirtinės kokybės produktai ir kiti.

Atskirais teisės aktais nustatyti specialieji ženklinimo reikalavimai tokiems maisto produktams, kaip maisto papildai, specialios mitybinės paskirties maisto produktai (kūdikiams skirti maisto produktai, maisto produktai, skirtiems svorį mažinančioms sumažinto energijos kiekio dietoms, specialios medicininės paskirties maisto produktai), produktai, tinkantys glitimo netoleruojantiems žmonėms ir pan.

11. MAISTO PRODUKTŲ ŽENKLINIMAS SIMBOLIU „RAKTO SKYLUTĖ“

Savanoriškai maisto produktai gali būti ženklinami simboliu „Rakto skylutė“. Tokio ženkinimo tikslas – padėti vartotojams lengviau išsirinkti maisto produktus tarp kitų tos pačios grupės maisto produktų. Simboliu pažymėtuose produktuose turi būti **mažiau sočiųjų riebalų, cukraus, druskos ir daugiau maistinių skaidulų**.

Šiuo simboliu paženklininti maisto produktai privalo atitikti LR sveikatos apsaugos ministro 2014 m. sausio 22 d. įsakymu Nr. V-50 patvirtintus simbolio „Rakto skylutė“ naudojimo reikalavimus (TAR, 2014-01-24, Nr. 214-00514).



Daugiau informacijos apie maisto produktų ženklimą:

www.smlpc.lt

www.sam.lt

www.vmvt.lt

Parengė Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras, Vilnius, 2015
(tel. pasiteiravimui (8 5) 276 1341 ir (8 5) 236 0497)