



Leitfaden für erweiterte Nährwertinformationen auf vorverpackten Lebensmitteln



pro Portion (eine Portion entspricht 50 g)

Energie
113kcal
6%

Richtwerte in % für Tageszufuhr

pro Portion (eine Portion entspricht 50 g)

Zucker 10g 11%	Fett 0,8g 1%	gesättigte Fettsäuren 0,3g 2%	Salz 0,3g 5%
-----------------------------	---------------------------	---	---------------------------

Richtwerte in % für Tageszufuhr



Vorwort

Erweiterte Nährwertinformationen – Schlüssel für eine gesunde Lebensmittelauswahl



Erweiterte Nährwertinformationen erleichtern in Deutschland die Lebensmittelauswahl im Sinne einer gesunden und ausgewogenen Ernährung. Viele Verbraucherinnen und Verbraucher wünschen sich bessere Nährwertangaben auf Nahrungsmitteln für ihre Kaufentscheidung.

Es ist es mir daher ein großes Anliegen, die Informationen hinsichtlich der Nährwerte auf Lebensmitteln zu verbessern. Ich bin überzeugt davon, dass durch die einheitliche Darstellungsweise der zentralen Elemente „1 plus 4“ mehr Verbraucherinnen und Verbraucher die Angaben verstehen und so richtig nutzen können.

Dieser Leitfaden gibt der Lebensmittelwirtschaft und dem Handel Empfehlungen an die Hand, Lebensmittel einheitlich mit Angaben zum Energiewert sowie den Gehalten an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz zu versehen.

Gemeinsam sollten wir daran arbeiten, die Verbraucherinnen und Verbraucher dabei zu unterstützen, durch eine ausgewogene Ernährung ihre eigene Gesundheit zu erhalten. Ich bin zuversichtlich, dass immer mehr Unternehmer erweiterte Nährwertinformationen nach diesem Leitfaden auf möglichst vielen Lebensmitteln anbringen. Denn: Zufriedene Kunden sind das beste Aushängeschild für ein Produkt.

Ihre

A handwritten signature in green ink that reads "Ilse Aigner". The signature is fluid and cursive.

Ilse Aigner
Bundesministerin für Ernährung,
Landwirtschaft und Verbraucherschutz



Inhalt

Präambel	6
1. Was soll mit diesem Leitfaden erreicht werden?	7
2. Anwendungsbereich des Leitfadens?	8
3. Wie erfolgt die Angabe erweiterter Nährwertinformationen?	8
4. In welchen Fällen reichen erweiterte Nährwertinformationen über den Brennwert aus?	11

Präambel

Erweiterte Nährwertangaben sollen den Verbraucherinnen und Verbrauchern bessere und leichter verständliche Informationen über den Energiegehalt und die Gehalte an bestimmten Nährstoffen bieten, um ihnen die Lebensmittelauswahl im Sinne einer gesunden und ausgewogenen Ernährung vor dem Hintergrund der Übergewichtsproblematik zu erleichtern. Sie sind auch ein Baustein des nationalen Aktionsplanes zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten „IN FORM Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“, den das Bundeskabinett am 25. Juni 2008 beschlossen hat (Teil des Handlungsfeldes „Information über Ernährung, Bewegung und Gesundheit“).

Der Leitfaden stellt eine an die Lebensmittelwirtschaft gerichtete Empfehlung dar. Mit dem Leitfaden soll der Lebensmittelwirtschaft ein Rahmen für die **freiwillige** Angabe von zusätzlichen Nährwertinformationen auf Lebensmitteln gegeben werden. Ziel ist es, eine möglichst einheitliche Darstellungsweise für zusätzliche Nährwertinformationen auf allen Lebensmitteln zu erreichen und damit den Verbraucherinnen und Verbrauchern eine Vergleichbarkeit von Lebensmitteln der gleichen Kategorien durch leicht verständliche Angaben zu ermöglichen.

Das dargestellte Kennzeichnungssystem sollte Anwendung auf vorverpackte Lebensmittel finden. Es kann aber ebenfalls als Grundlage für Nährwertinformationen bei der Abgabe von nicht vorverpackten Lebensmitteln, z. B. in der Gemeinschaftsverpflegung, oder auch bei der Erstellung von Kochrezepten verwendet werden.

Der Leitfaden soll die Lebensmittelwirtschaft ermutigen, das vorgesehene System möglichst breit anzuwenden. Um kleinen und mittelständischen Unternehmen die Anwendung zu erleichtern, wird der Einstieg durch einen vereinfachten Ansatz eröffnet. Diese Unternehmen sollten jedoch alle Anstrengungen unternehmen, um alsbald die vollständigen in diesem Leitfaden vorgesehenen erweiterten Nährwertinformationen anzugeben.

Sofern unter Berücksichtigung der wissenschaftlichen Grundlagen sowie neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse erforderlich, soll der Leitfaden in Zusammenarbeit mit allen Beteiligten sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und ggf. weiteren wissenschaftlichen Einrichtungen geprüft und weiterentwickelt werden. Hierzu zählt auch, die Portionsgrößen für Lebensmittel derselben Kategorie zu vereinheitlichen.

Um die Angaben künftig bei allen Lebensmitteln auf Portionsgrößen beziehen zu können, ist eine Einigung durch die jeweiligen Branchen der Wirtschaft anzustreben.

Ein Erfahrungsaustausch sowie fachliche Diskurse mit der Lebensmittelwirtschaft, Wissenschaft und Verbraucherschaft sollen bei Bedarf durchgeführt werden.

Bei der Erarbeitung des Leitfadens wurde die Lebensmittelwirtschaft beteiligt.

1. Was soll mit diesem Leitfaden erreicht werden?

Die in diesem Leitfaden beschriebenen freiwilligen erweiterten Nährwertinformationen sollen die rechtlich vorgeschriebene Nährwertkennzeichnung ergänzen. Sie sollen dazu dienen, zusätzliche einheitliche und verständliche Verbraucherinformationen zum Nährwert zu geben. Dieser Leitfaden soll eine einheitliche Vorgehensweise bei der Darstellung von erweiterter Nährwertinformation fördern und damit den Wiedererkennungswert erhöhen.



2. Anwendungsbereich des Leitfadens?

- a) Dieser Leitfaden richtet sich an die Lebensmittelwirtschaft.
- b) Die Angabe von erweiterten Nährwertinformationen ist freiwillig. Sie können zusätzlich zur gesetzlich vorgeschriebenen Nährwertkennzeichnung vorgenommen werden.
- c) Die in diesem Leitfaden beschriebenen erweiterten Nährwertinformationen sollen in erster Linie für Lebensmittel, die in Fertigverpackungen in den Verkehr gebracht werden, angewendet werden.
Die in diesem Leitfaden aufgeführten Elemente und Darstellungen der erweiterten Nährwertinformation können darüber hinaus vollständig oder teilweise bei der Abgabe von nicht verpackten Lebensmitteln z. B. in der Gemeinschaftsverpflegung Anwendung finden.
- d) Die Angabe von erweiterten Nährwertinformationen bietet sich nicht an für Lebensmittel, deren Nährwert vernachlässigbar ist oder bei denen ohnehin Nährwertkennzeichnungsangaben zu machen sind, z. B. bei Mineral- und Tafelwasser, Nahrungsergänzungsmitteln oder diätetischen Lebensmitteln.

3. Wie erfolgt die Angabe erweiterter Nährwertinformationen?

- a) Die Elemente der erweiterten Nährwertinformation sind **Brennwert** sowie die **Gehalte an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz* (Kochsalz)**.
- b) Die Angabe des Brennwertes und des Gehalts an Nährstoffen oder Nährstoffbestandteilen sollte in Zahlen erfolgen. Dabei sollen folgende Einheiten verwendet werden:

Brennwert	KJ und/oder kcal
Zucker	Gramm (g)
Fett	Gramm (g)
Gesättigte Fettsäuren	Gramm (g)
Kochsalz	Gramm (g)

Zur Vereinfachung kann der Brennwert nur in kcal angegeben werden.

* Die Angabe von Salz kann in den Fällen durch die Angabe von Natrium ersetzt werden, in denen bei der Herstellung kein Kochsalz eingesetzt wurde. Bei der Angabe des Gehalts von Natrium in Bezug auf die Richtwerte für die Tageszufuhr ist der Umrechnungsfaktor Salz = Natrium x 2,5 anzuwenden.

- c) Die Berechnung des Brennwertes richtet sich nach § 2 Nr. 3 der Nährwert-Kennzeichnungsverordnung. Entsprechend sind die in der nachfolgenden Tabelle dargestellten Faktoren zu Grunde zu legen:

Fett	9 kcal/g	37 kJ/g,
Eiweiß	4 kcal/g	17 kJ/g,
Kohlenhydrate (ausgenommen mehrwertige Alkohole)	4 kcal/g	17 kJ/g,
Ethylalkohol	7 kcal/g	29 kJ/g,
organische Säuren	3 kcal/g	13 kJ/g,
mehrwertige Alkohole	2,4 kcal/g	10 kJ/g,
Salatrimis	6 kcal/g	25 kJ/g.

- d) Die Angaben für erweiterte Nährwertinformationen (Brennwert, Gehalt an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz) sollten pro Portion des Lebensmittels erfolgen. Die Menge einer Portion ist mindestens als Gewichtsangabe auf dem Etikett in Verbindung mit den erweiterten Nährwertinformationen anzugeben. Zusätzlich kann die Portionsgröße auch massenunabhängig, z. B. bezogen auf die Stückzahl, angegeben werden.

Für die Festlegung einer Portionsgröße ist die Lebensmittelwirtschaft verantwortlich. Sofern in einer Packung eines Lebensmittels mehrere Portionen enthalten sind, sollte bei der Festlegung der Portionsgröße von einer realistischen Verzehrsmenge ausgegangen werden. Wird ein Lebensmittel in einer Packung in einer Menge angeboten, von der zu erwarten ist, dass sie als Einzelportion verzehrt wird, soll diese als eine Portion gekennzeichnet werden.

Wenn eine Portionsgröße nicht sinnvoll angegeben werden kann, sollten die Gehalte und Prozentangaben auf 100 g bzw. 100 ml bezogen werden.

- e) Die Richtwerte für die tägliche Zufuhr orientieren sich an einem Brennwert von 2000 kcal bzw. 8400 kJ. Der individuelle Bedarf für den Einzelnen kann unterschiedlich sein. Insofern bildet dieser Wert für den Verbraucher lediglich einen Orientierungswert. Die einheitliche Anwendung dieses Wertes ist jedoch notwendig, um eine Vergleichbarkeit der Lebensmittel zu erreichen.

Demgemäß sollte die Angabe des Brennwertes und des Gehalts an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz zusätzlich als Prozentangabe in Bezug auf die Richtwerte für die Tageszufuhr gemäß der nachstehenden Tabelle erfolgen:

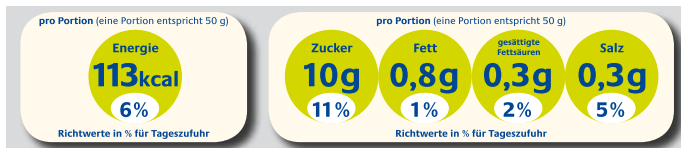
Brennwert	8400 kJ (2000 kcal)
Zucker	90 g
Fett	70 g
Gesättigte Fettsäuren	20 g
Kochsalz	6 g

Um Verbraucherinnen und Verbraucher angemessen über den Status der zu Grunde gelegten Richtwerte und der jeweiligen, daraus berechneten prozentualen Anteile der Nährstoffe bzw. Energie in einer Portion zu informieren und deutlich zu machen, dass es sich hierbei nur um Orientierungswerte handelt, wird die Anbringung eines entsprechenden Hinweises empfohlen, z. B. *Die empfohlenen Mengen orientieren sich am durchschnittlichen Bedarf einer erwachsenen Frau. Sie können je nach körperlicher Aktivität, Alter, Geschlecht, Größe und Gewicht variieren.*

- f) Bei der Darstellung der erweiterten Nährwertinformation sollte zwischen den nachfolgend beschriebenen beiden Varianten gewählt werden:

Variante A:

Auf der Schauseite des Etiketts wird die Angabe des Brennwertes bezogen auf die Portion absolut und unter Bezug auf den durchschnittlichen Richtwert für die tägliche Zufuhr (s. vorstehender Abschnitt) dargestellt. Die anderen Angaben für die erweiterten Nährwertinformationen (Gehalt an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz) werden an anderer Stelle auf dem Etikett angebracht. Die Darstellung sollte mit den nachfolgend abgebildeten Symbolen erfolgen:



Variante B:

Auf der Schauseite des Etiketts werden alle Angaben für die erweiterten Nährwertinformationen (Brennwert sowie Gehalt an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und Salz) bezogen auf die Portion absolut und unter Bezug auf den durchschnittlichen Richtwert für die tägliche Zufuhr (Abschnitt 3d) prozentual dargestellt. Die Darstellung sollte mit den nachfolgend abgebildeten Symbolen erfolgen:



Für einen höheren Wiedererkennungswert sollte in allen Fällen die Angabe in der in den Varianten A oder B dargestellten Art und Weise erfolgen. Dies gilt auch für die Reihenfolge der einzelnen Angaben. Die Farbe kann frei gewählt werden, sollte jedoch so sein, dass die Nährwertinformationen leicht erkennbar sind.

Die Anordnung muss allerdings nicht unbedingt horizontal erfolgen, sondern ist auch vertikal möglich.

- g) Alle Angaben sollten auf dem Etikett so angebracht werden, dass sie leicht erkennbar sind. Um eine leichte Erkennbarkeit und gute Lesbarkeit der Nährwertinformationen zu gewährleisten, sollten sich die Angaben deutlich vom Hintergrund der Verpackung und der übrigen sie umgebenden Kennzeichnung abheben. So sollte z. B. von einer Ton-in-Ton-Gestaltung mit dem Hintergrund oder einer wenig kontrastreichen Farbgestaltung der Symbole einschließlich der verwendeten Schrift abgesehen werden.

Sofern erweiterte Nährwertinformationen auch bei unverpackten Lebensmitteln angegeben werden sollen, kann eine Bereitstellung der Informationen auf Schildern, Aushängen oder ähnlichen Aufzeichnungen erfolgen.

4. In welchen Fällen reichen erweiterte Nährwertinformationen über den Brennwert aus?

- a) Es ist wünschenswert, dass auch kleine und mittelständische Unternehmen Lebensmittel mit den in Abschnitt 3 dargelegten erweiterten freiwilligen Nährwertinformationen in den Verkehr bringen. Zumindest sollte aber der Brennwert bezogen auf die Portion des Lebensmittels absolut und unter Bezug auf den durchschnittlichen Richtwert für die tägliche Zufuhr (Abschnitt 3e) auf der Schauseite des Etiketts angegeben werden. Kleine und mittelständische Unternehmen sollten jedoch alle Bemühungen unternehmen, alsbald alle in diesem Leitfaden genannten erweiterten Nährwertinformationen anzugeben.



- b) Die unter a) genannte Variante kann auch bei Kleinpackungen angewendet werden, z. B. wenn deren größte Oberfläche 25 cm² nicht überschreitet.

Herausgeber

Bundesministerium für Ernährung,
Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV)

11055 Berlin

Text

BMELV

Stand

Neuaufgabe Februar 2010

Gestaltung

design.idee, erfurt

Druck

BMELV

Fotos

BLE, Bonn/Dominic Menzler, BMELV-Archiv

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter

www.bmelv.de

Diese Broschüre wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung kostenlos herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlbewerbern oder Wahlhelfern während eines Wahlkampfes zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Europa-, Bundestags-, Landtags- und Kommunalwahlen. Missbräuchlich ist insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Unabhängig davon, wann, auf welchem Weg und in welcher Anzahl diese Schrift dem Empfänger zugegangen ist, darf sie auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Bundesregierung zu Gunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte.