

Productcriteria « Ik Kies Bewust »

31-07-2008

Versie 3.3



Beschrijving productcriteria

Versie 3.3

31 juli 2008

Introductie

De uitgangspunten van de productcriteria zijn dat deze:

1. zijn gebaseerd op gedegen wetenschappelijk bewijs;
2. toepasbaar zijn voor al het voedsel en drank;
3. eenvoudig te implementeren zijn;
4. internationaal toepasbaar zijn.

Een aantal producten zijn uitgesloten voor het logo:

- producten met > 1,2% alcohol,
- supplementen,
- producten voor gebruik onder medische supervisie,
- voedsel voor kinderen jonger dan 1 jaar.

Doel en principes van het logo

Het Ik Kies Bewust/Mon Choix initiatief heeft als doel om het voor de consument makkelijker te maken binnen iedere productgroep een gezondere keuze te maken. Daarnaast wil het initiatief producenten, retailers en cateraars stimuleren tot innovatie en optimalisatie, zodat er meer gezondere producten op de markt komen.

Doel van de productcriteria is om onderscheid binnen productgroepen te maken waardoor het voor een consument gemakkelijker wordt een bewuste keuze te maken. De criteria zijn gericht op een vermindering van de hoeveelheid verzadigd vet (SAFA), transvet (TFA), toegevoegd suiker en zout(natrium) in producten. Een WHO/FAO expertgroep heeft van deze nutriënten minder gunstige effecten op de gezondheid vastgesteld¹. Daarnaast is rekening gehouden met de inname van essentiële en nuttige nutriënten (zoals vezel) en een geschikte hoeveelheid energie.

¹ Joint WHO/FAO Expert Consultation on Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases, 2003

Dynamisch systeem

Iedere twee jaar zullen de productcriteria door een wetenschappelijke commissie worden geëvalueerd om zo de laatste ontwikkelingen in de wetenschap en op de markt in de criteria te verwerken. Hierdoor blijft het systeem in lijn met ontwikkelingen op het gebied van voeding en gezondheid, en blijft productinnovatie gestimuleerd.

Productgroepen

Om een logo te krijgen moet een product voldoen aan de criteria van de productgroep waartoe het behoort. In het systeem zijn twee soorten groepen gedefinieerd waarvoor criteria zijn gedefinieerd: de hoofdproductgroepen en de extra productgroepen.

Hoofdproductgroepen

Op basis van productgroepindelingen in voedingsrichtlijnen van meer dan 20 landen zijn groepen van hoofdproducten gedefinieerd. In deze groepen zijn de criteria voor verzadigd vet, transvet, toegevoegd suiker en zout (natrium) vastgesteld. Daar waar de inname van essentiële of nuttige nutriënten (bv. brood moet bijdragen aan vezelinname) of van geschikte energiehoeveelheden van belang is, zijn extra criteria opgesteld (Tabel 1). Tot de hoofdproductgroepen behoren basisvoedingsmiddelen zoals:

- groente en fruit;
- koolhydraatbronnen;
- vlees, vis, gevogelte, eieren, vleesvervangers;
- zuivelproducten;
- oliën, vetten inclusief smeerbare vetten;
- maaltijden.

Extra productgroepen en generieke criteria

De extra productgroepen leveren geen substantiële bijdrage aan de voorziening van essentiële nutriënten, maar productinnovatie kan hier wel gestimuleerd worden. Tot deze productgroepen behoren:

- soepen;
- sauzen;
- snacks;
- dranken.

Voor producten die niet onder de hoofdproductgroepen of de extra productgroepen vallen, gelden de criteria voor verzadigd vet, transvet, toegevoegd suiker en zout (natrium) voor alle andere producten (Tabel 2).

TABEL 1: CRITERIA HOOFDPRODUCTGROEPEN

| Productgroep | Criteria | Definitie |
|---|--|--|
| Groenten & Fruit | | |
| Verse of vers ingevroren groenten, fruit en peulvruchten* | Alle soorten verse groenten en fruit, zonder toevoegingen, voldoen aan de criteria van het logo. Dit geldt ook voor vers ingevroren en/of gesneden fruit en groenten, mits zij geen toevoegingen bevatten. | Alle soorten onbewerkte, groenten, vruchten en peulvruchten met inbegrip van voorgesneden groenten/fruit en ingevroren groenten of fruit, beide zonder verdere toevoeging; Bv.: voorgesneden prei, voorgesneden stukjes meloen, komkommer, broccoli, diepvries sperziebonen, rauwkostsalade, snackgroenten, diepvriesspinazie (zonder toevoegingen als a la crème), diepvries frambozen. |
| Groenten bewerkt en Fruit bewerkt | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd Vezels: ≥ 1,3 g/100 kcal | Alle soorten bewerkte groente en fruit met uitzondering van vruchtensappen en voorgesneden of ingevroren groente en fruit zonder verdere bewerking. Bv.: tomaten in blik, wortels in blik, diepgevroren spinazie à la crème, diepgevroren groenten met toegevoegde kruiden of smaakgevers (incl. zout), rabarbermoes, tomatensap, wortelsap, bruine bonen in blik, gedroogde linzen, zuurwaren (augurk, zilveruitjes, atjar), salade met dressing of andere toevoeging, gemengde groentesappen, gedroogde abrikozen, gedroogde vijgen, appelmoes, fruitcocktail op siroop, ananas op sap, gekonfijte dadels, aardbeienpuree, olijven, gemengde groenten- en fruitpurees of -sappen. |
| Vruchtensappen | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd Vezels: ≥ 0,75 g/ 100 kcal | Alle soorten vruchtensappen met minimaal 98% sap. Bv.: sinaasappelsap, appelsap, druivensap, bessensap, multivruchtensap. |

Vervolg tabel 1

| Productgroep | Criteria | Definitie |
|--|---|--|
| Koolhydraatbronnen | | |
| Aardappelen (onbewerkt)* | Alle onbewerkte rauwe aardappelen, zonder toevoegingen, voldoen aan de criteria van het logo. Dit geldt ook voor rauwe geschilde, gesneden en/of gekoelde aardappelen, zonder toevoegingen. | |
| Aardappelen (bewerkt), rijst, pasta, noedels | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd Vezels: ≥ 1,3 g/100 kcal | Alle soorten aardappelen, aardappelproducten, rijst, pasta, en graanproducten voor een hoofdgerecht. Bv.: gekookte / gebakken aardappelen, aardappelpuree, rösti, (volkoren)pasta, zoete aardappel, zilvervliesrijst, witte rijst, frites, couscous, mie, aardappelsalade als bijgerecht. |
| Brood | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 500 mg/100 g ** Toegevoegd suiker: ≤ 13 en% Vezels: ≥ 1,3 g/100 kcal | Alle soorten brood en broodvervangers anders dan ontbijtgranen. Bv.: tarwebrood, wit brood, volkoren brood, knäckebröd, croissants, beschuit, roggebrood, luxe broodjes, crackers. |
| Granen en graanproducten | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: ≤ 3,25 g/100 g Vezels: ≥ 1,3 g/100 kcal | Alle soorten granen en graanproducten (anders dan brood). Bv.: alle ontbijtgranen (Brinta, muesli, cornflakes, rice crispies), (rijst)bloem, paneermeel, bindmiddel (bv. maizena), pannenkoekenmeel. |

Vervolg tabel 1

| Productgroep | Criteria | Definitie |
|---|---|--|
| Vlees, vis, gevogelte, eieren, vleesvervangers | | |
| Vlees, gevogelte, eieren (onbewerkt) | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: ≤ 0,14 g/100 g *** Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd | Alle soorten onbewerkt vlees, gevogelte en eieren (inclusief diepgevroren vlees zonder verdere bewerking). Bv.: rundvlees, varkensvlees, kalkoen, lamsvlees, eieren, wild, orgaanvlees. |
| Bewerkt vlees, vleeswaren en vleesvervangers | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: ≤ 0,14 g/100 g *** Natrium: ≤ 900 mg/100 g Toegevoegd suiker: ≤ 3,25 g/100 g | Alle soorten vleeswaren en bewerkt vlees/gevogelte en (plantaardige) vleesvervangers. Bv.: kant-en-klare gehaktbal, gepaneerd vlees, gekruid of gezouten vlees (vers of diepgevroren), salami, rundrookvlees, filet americain, gegrilde achterham, kipfilet met tuinkruiden, corned beef, tempeh, tofu, Valess, Quorn. |
| Verse of vers ingevroren vis, schelp- en schaaldieren | Verzadigd vet: ≤ 30 % van totaal vet # Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd | Alle soorten onbewerkte vis, schaaldieren en schelpdieren (inclusief diepgevroren vis zonder verdere bewerking). Bv.: rauwe haring, kabeljauw (vers of diepvries), makreel, tong, verse paling, kreeft, krab, mosselen, garnalen. |
| Bewerkte vis of visproducten | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 450 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd | Alle soorten bewerkte vis, bewerkte schaaldieren en bewerkte schelpdieren. Bv.: kibbeling, lekkerbekje, gefrituurde inktvis, mosselen in zuur, haring in tomatensaus, sardines uit blik, tonijn in blik, gekruid of gezouten vis (vers of diepgevroren). |
| Zuivel | | |
| Melk & melkproducten | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g *** Natrium: ≤ 120 mg/100 g Toegevoegd suiker: ≤ 5 g/100 g ** | Alle soorten melk en melkproducten. Bv.: magere melk, karnemelk, magere yoghurt, magere kwark halfvolle melk, halfvolle yoghurt, yoghurt drank, magere vla, magere vruchtenyoghurt, volle melk, volle yoghurt, volle vla, halfvolle en volle kwark, koffiemelk, koffieroom, room (voor in de keuken), toetjes op melkbasis, pudding(poeder), melkpoeder, slagroom, melkvervangers zoals sojamelk. |
| Kaas & kaasproducten | Verzadigd vet: ≤ 15 g/ 100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g *** Natrium: ≤ 900 mg/100 g Toegevoegd suiker: niet toegevoegd | Alle soorten kaas en kaasproducten. Bv.: 20+ kaas, 30+ kaas, 40+ kaas, Edammer, Brie 50+, Camembert 45+, Maasdammer, 48+ kaasproduct met meervoudig onverzadigde vetzuren Goudse kaas, Bluefort, Kernhemmer, Gorgonzola, Gruyère, zachte kruidenkaas (bv. Boursin). |

Vervolg tabel 1

| Productgroep | Criteria | Definitie |
|---|--|--|
| Oliën, vetten inclusief smeerbare vetten | | |
| Oliën, vetten, inclusief smeerbare vetten | Verzadigd vet: ≤ 30% van totaal vet ** Transvet: ≤ 1,3 en% Natrium: ≤ 1,6 mg/kcal Toegevoegd suiker: niet toegevoegd | Alle vetten en oliën die gebruikt worden voor het besmeren van het brood en het bereiden van maaltijden. Bv.: olie (alle soorten), halvarine, margarine, roomboter, halfvolle boter, bak- en braadproducten (pakjes en vloeibaar), frituurvet. |
| Maaltijden | | |
| Hoofdgerechten**** | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: ≤ 1,3 en% # Natrium: ≤ 2,2 mg/kcal ** Toegevoegd suiker: ≤ 13 en% # Vezels: ≥ 150 g groente/portie Energie: 400-700 kcal/portie | Alle kant-en-klare maaltijden die bedoeld zijn om als hoofdgerecht tijdens het middag- of avondmaal gegeten te worden. Bv.: stoommaaltijd, kant-en-klare maaltijd uit het koelvak, pizza, maaltijdsalade, pastasalade, diepvriesmaaltijd, maaltijd in een (bedrijfs)restaurant. |
| Belegde broodjes**** | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: ≤ 1,3 en% # Natrium: ≤ 1,9 mg/kcal Toegevoegd suiker: ≤ 13 en% # Vezels: ≥ 0,8 g/100 kcal Energie: ≤ 350 kcal/portie | Alle kant-en-klaar verkochte belegde broodjes en sandwiches. Bv.: belegde broodjes in de kantine of weg-/bedrijfsrestaurant. |

* Producten in deze productgroepen hoeven niet getoetst te worden door de toetsingsinstantie.

** Binnen twee jaar wordt deze waarde verlaagd.

*** Natuurlijk transvet afkomstig van vlees of melk telt niet mee.

**** Als alle componenten van de samengestelde maaltijd voldoen aan de criteria in hun productgroep en de maaltijd voldoet aan het energiecriterium en het vezelcriterium voor deze maaltijd, dan voldoet de maaltijd ook aan de criteria van het logo.

Indien het product minder bevat dan het insignificantieniveau van dit nutriënt, voldoet het voor dat nutriënt ook aan de criteria. De insignificantieniveaus zijn als volgt:

Verzadigd vet: < 1,4 g/100 g

Transvet: < 0,14 g/100 g

Natrium: < 120 mg/100 g

Toegevoegd suiker: < 3,25 g/100 g

TABEL 2: CRITERIA EXTRA PRODUCTGROEPEN

| Productgroep | Criteria | Definitie |
|----------------------------|--|---|
| Soepen | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/ 100 g Transvet: ≤ 0,14 g/ 100 g Natrium: ≤ 350 mg/100 g * Toegevoegd suiker: ≤ 3,25 g/ 100 g Energie: ≤ 100 kcal/100 g | Alle soorten soep en bouillon. Bv.: soep uit blik, diepgevroren soep, zakjes poedersoep, soep in stzakken, soep in de catering, bouillonblokjes. |
| Maaltijdsauzen | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 450 mg/ 100 g Toegevoegd suiker: ≤ 3,25 g/ 100 g Energie: ≤ 100 kcal/ 100 g | Alle sauzen die een substantieel onderdeel van de maaltijd vormen (portiegrootte > 35 gram). Bv.: tomatensaus/pastasaus, bechamelsaus, vissaus, groentesaus, vleessaus, kaassaus, mosterdsaus, jus. |
| Andere sauzen (waterbasis) | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 750 mg/ 100 g Energie: ≤ 100 kcal/ 100 g | Alle sauzen die maar een klein onderdeel van de maaltijd zijn (portiegrootte < 35 gram) zonder toegevoegde emulgator EN een vetgehalte lager dan 10% w/w. Bv.: ketchup, soja saus, chocoladesaus, vruchtensaus, barbecue saus, sladressing op waterbasis. |
| Andere sauzen (emulsies) | Verzadigd vet: ≤ 30% van totaal vet # Transvet: ≤ 1,3 en% # Natrium: ≤ 750 mg/ 100 g Toegevoegd suiker: ≤ 13 en% # Energie: ≤ 350 kcal/ 100 g ** | Alle sauzen die maar een klein onderdeel van de maaltijd zijn (portiegrootte < 35 gram) waaraan emulgator is toegevoegd OF met een vetgehalte gelijk of hoger dan 10% w/w. Bv.: mayonaise, sladressing, dipsaus, marinade, mosterd, vinaigrette. |
| Snacks | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: ≤ 1,3 en% # Natrium: ≤ 400 mg/100 g Toegevoegd suiker: ≤ 20 g/100 g Energie: ≤ 110 kcal/ portie | Hartige, zoete, zoete gebakken of ijsproducten die primair bedoeld zijn om tussendoor te gebruiken. Bv.: chips, Japanse mix, zoute stokjes, wokkels, zout korstgebak, popcorn, bitterballen, kroketten, kleine verpakte slaatjes/salades, minipizza's, nasibal, bamibal, loempia, kroepoek, zuurtjes, drop, marsepein, winegums, alle soorten chocola, alle soorten candybars, biscuits, koekjes, voedingsbiscuits, grote koeken, cake, alle soorten taart en gebak, roomijs, vanille-ijs, waterijs, yoghurtijs, sorbetijs, milkshake. |
| Dranken | Verzadigd vet: ≤ 1,4 g/100 g Transvet: ≤ 0,14 g/100 g Natrium: ≤ 120 mg/100 g Energie: ≤ 32 kcal/100 ml* | Die vloeibare voedingsmiddelen die normaal gesproken uit een kopje, beker of glas worden genuttigd (incl. producten die per portie verpakt worden in drinkpakjes, flesjes e.d.), m.u.v. zuivel en vruchtensappen. Bv.: (bron)water, koffie, thee, frisdranken, alcoholhoudende dranken met <1,2% alcohol, sportdranken (ook in poedervorm). |

Vervolg tabel 2

| Productgroep | Criteria | Definitie |
|-------------------|---|--|
| Overige producten | Verzadigd vet: ≤ 13 en% # Transvet: $\leq 1,3$ en% # Natrium: $\leq 1,6$ mg/kcal # Toegevoegd suiker: ≤ 13 en% # | Alle producten die niet onder genoemde productgroepen vallen. Bv.: azijn, zoet broodbeleg, salades voor op toast of brood (zoals selderiesalade, tonijnsalade). |

* Binnen twee jaar wordt deze waarde verlaagd.

** Binnen twee jaar wordt deze waarde verlaagd naar 300 kcal/100 g.

Indien het product minder bevat dan het insignificantieniveau van dit nutriënt, voldoet het voor dat nutriënt ook aan de criteria. De insignificantieniveaus zijn als volgt:

Verzadigd vet: $< 1,4$ g/100 g

Transvet: $< 0,14$ g/100 g

Natrium: < 120 mg/100 g

Toegevoegd suiker: $< 3,25$ g/100 g

Definitie productgroepen

In annex I staan definities van nutriënten weergegeven. Annex II bevat beschrijvingen van portiegroottes. Op basis van de productomschrijvingen kunnen bijna alle producten ingedeeld worden. Indien er twijfel is of een product behoort tot een productgroep wordt gekeken naar de echtheidscriteria. De echtheidscriteria staan in annex III.

Indeling met behulp van de echtheidscriteria geldt voorlopig alleen voor vervangers van basisproducten zoals vleesvervangers en melkvervangers. Voor andere producten zoals bewerkte groenten- en fruitproducten worden de echtheidscriteria nog nader uitgewerkt. De gegeven waarden zijn voor deze producten indicatief. Voorlopig zal de beoordelende instantie kijken of een product goed is ingedeeld.

Bij twijfel wordt geëist dat een product uit een hoofdproductgroep voor minimaal 70% uit de basisgrondstof van de productgroep bestaat. Een zuivelproduct moet bijvoorbeeld voor minstens 70% uit zuivel bestaan. Als een product in geen enkele productgroep ingedeeld kan worden zal het beoordeeld worden volgens de criteria voor overige producten. Bij twijfel over de indeling van een product wordt door de controlerende instantie contact opgenomen met de Stichting die eventueel de voedingskundige werkgroep of de wetenschappelijke commissie kan benaderen.

Bereiding

Producten worden in principe ingevuld en beoordeeld 'als verkocht'.

Alleen voor gedroogde producten in poedervorm, geconcentreerde of gecondenseerde producten mag het product worden ingediend 'zoals bereid'. Dit enkel als de bereidingswijze eenduidig is, zoals bijvoorbeeld het met vloeistof aanlengen van een product tot de oorspronkelijke concentratie. De voedingswaardedeclaratie van deze producten wordt ingevuld voor het bereide product. Hierbij moet worden uitgegaan van de standaard bereidingswijze zoals vermeld op de verpakking.

- De standaard bereidingswijze moet eenduidig zijn, zodat geen eigen interpretatie door de consument mogelijk is (bv. als melk moet worden toegevoegd moet aangegeven worden of dit halfvolle, volle of magere melk moet zijn; als iets gebakken moet worden gebakken, moet duidelijk zijn of het gebakken moet worden in olie, margarine, of boter).
- Variabele componenten (in aard of hoeveelheid) mogen niet meeberekend worden (bv. de vermelding dat een maaltijdcomponent geserveerd moet worden met rijst of pasta).
- Voor producten die tijdens de bereiding toegevoegd worden, mogen bij de berekening de waarden uit de NUBEL-tabel gebruikt worden (bv. vers vlees of groente).
- Variaties op de standaard bereidingswijze zoals bv. variatietips of serveersuggesties worden niet meeberekend.
- Serveersuggesties die duidelijk invloed hebben op de criteria van de nutriënten (zoals bv. het naar smaak toevoegen van zout of suiker) zijn niet toegestaan.
- Van producten, die 'zoals bereid' worden beoordeeld, moeten de bereidingswijzen (ingrediënten en hoeveelheden) worden meegestuurd.

Annex I: Definities nutriënten

Energie

De hoeveelheid energie uit voedingsmiddelen die in het lichaam beschikbaar komt voor de stofwisseling, uitgedrukt in kJ of kcal. Bij de berekening van de te vermelden energetische waarde moet van de volgende omrekeningsfactoren gebruik worden gemaakt:

- koolhydraten (met uitzondering van polyolen): 4,0 kcal/g = 16,7 kJ/g,
- polyolen: 2,4 kcal/g = 10 kJ/g,
- eiwit: 4,0 kcal/g = 16,7 kJ/g,
- vet: 9,0 kcal/g = 37,7 kJ/g,
- alcohol (ethanol): 7,0 kcal/g = 29,3 kJ/g,
- organische zuren:
 - Citroenzuur 2,5 kcal/g = 10,5 kJ/g
 - Melkzuur 3,6 kcal/g = 15,1 kJ/g
 - Appelzuur 2,5 kcal/g = 10,5 kJ/g
 - Wijnsteenzuur 2,5 kcal/g = 10,5 kJ/g
 - Oxaalzuur 2,5 kcal/g = 10,5 kJ/g

Eiwitten

Het eiwitgehalte berekend aan de hand van de volgende formule:

eiwit = totaal Kjeldahl-stikstof × 6,25.

Bij zuivelproducten moet vermenigvuldigd worden met 6,38.

Koolhydraten

De koolhydraten die in het menselijk organisme worden gemetaboliseerd, met inbegrip van polyolen.

Toegevoegde suikers

Alle mono- en disacchariden met een calorische waarde van > 3,5 kcal, uit andere bron dan fruit, groente en zuivelproducten. Deze waarde moet worden berekend op basis van de receptuur. Ook producten die volledig uit suikers bestaan die niet afkomstig zijn van fruit, groente of zuivel vallen onder toegevoegde suikers (b.v. honing, suiker, suikerstroop).

Let op: Indien een leverancier van fruitpreparaten bv. glucosefructose siropen toegevoegd heeft aan het fruitpreparaat, moeten de suikers uit deze toevoeging gerekend worden tot de toegevoegde suikers!

Voorbeelden van suikers en suikerhoudende ingrediënten die onder toegevoegde suikers vallen:

- Monosacchariden: Glucose/dextrose, fructose, galactose, vloeibare fructose
- Disacchariden: Sucrose, lactose, maltose, trehalose
- Suikers: witte suiker, bruine suiker, ruwe suiker, invert suiker, suikeroplossing, kristal suiker, poedersuiker, 'icing sugar', fruitsuiker, etc.

- Stropen: maïsstroop, gedroogde maïsstroop, hoog-fructose maïsstroop, moutstroop, ahornstroop, fructosestroop, pannenkoekenstroop, zetmeelstroop, glucosestroop, brown-rice stroop, etc.
- Diversen: honing, melasse (bv. honingmelasse), mout (bv. gerstemout), diksappen, siropen, en fruit en groente-extracten (waar slechts een of meer componenten van groente of fruit zijn gebruikt).

Ingrediënten die niet vallen onder toegevoegd suiker:

- Fruit: fruit, vruchtensap, vruchtenpuree, vruchtenconcentraat tot maximaal 2x geconcentreerd, fruit uit blik, gedroogd fruit, ingevroren fruit. *Let op: Indien een leverancier van fruitpreparaten suiker (bv. in de vorm van glucosefructose siropen) toegevoegd heeft aan het fruitpreparaat, moeten de suikers uit deze toevoeging gerekend worden tot de toegevoegde suikers!*
- Groenten: groenten, groentesap, ingevroren groenten, groentepuree, groenten in blik, groenteconcentraten.
- Zuivel: alle (niet geïsoleerde) ingrediënten, in vloeibare dan wel poedervorm, die uit de grondstof melk afkomstig zijn (bv. melk, melkpoeder, room, yoghurt, wei, weipoeder). In zuivelproducten mag lactose gerestaureerd worden tot het oorspronkelijke niveau. *Let op: geïsoleerde lactose behoort tot de toegevoegde suikers.*

Vet

Alle neutrale lipiden (triglyceriden) en polaire lipiden (phospholipiden) inbegrepen.

Verzadigde vetzuren

De som van alle typen en bronnen van verzadigde vetzuren.

Transvetzuren

Al de geometrische isomeren van enkelvoudige en meervoudig onverzadigde vetzuren met niet-geconjugeerde, dubbele koolstof-koolstof bindingen in de trans configuratie, welke door minstens 1 methyleen groep gescheiden zijn. Natuurlijke transvetzuren uit vlees en melk tellen niet mee. De aanwezige hoeveelheid transvetzuren kunnen dan ook berekend worden als : (totaal transvet) minus (natuurlijk transvet afkomstig van vlees of zuivel).

Voedingsvezels

Koolhydraten, bindingen analoog aan koolhydraten en lignine en daaraan verwante stoffen die in de dunne darm van de mens niet worden verteerd of opgenomen.

Voedingsvezels bestaan uit één of meer:

- koolhydraten die van nature voorkomen in levensmiddelen op moment van consumptie,
- koolhydraten, die zijn verkregen uit levensmiddelen grondstoffen door middel van fysische, enzymatische of chemische methoden,
- synthetische koolhydraten.

Voorbeelden van stoffen die onder deze definitie van voedingsvezel vallen zijn: cellulose, hemicellulose, pectine, inuline, galacto-oligosacchariden, niet-verteerbare dextrinen, polydextrose,

lignine. Bij de beoordeling van het vezelgehalte bij groente en fruit gaat het om natuurlijk voedingsvezel uit groenten en fruit. Hieronder worden niet toegevoegde oligosacchariden verstaan.

Analyse methode: Association of Official Analytical Chemists (AOAC) methodes 991.43 en 997.08. Meting van totaal vezel door enzymatische-gravimetrische methode. Dit is gebaseerd op de weerstand tegen vertering. De methode gebruikt enzymatische vertering om non-vezels te verwijderen waarna kwantificatie plaatsvindt door weging van de residuen.

Natrium

Toegevoegd natrium (bv. via zout of monosodiumglutamaat (MSG)) en natrium dat van nature aanwezig is via een van de ingrediënten (bv. in gist extract of eiwithydrolysaten).

Energie percentage (En%)

Dat gedeelte van de energie wat door een nutriënt geleverd wordt. Voorbeeld:

$$\text{En\% SAFA} = \left[\frac{\text{Hoeveelheid energie van SAFA per 100 g}}{\text{Hoeveelheid energie product per 100g}} \right] * 100\%$$

Portie

Portie zoals aangegeven door de aanbieder (bv. in portieverpakking of vermeld op verpakking). Als op de verpakking niet duidelijk wordt wat een portie is, wordt gebruik gemaakt van (internationaal) beschikbare, gestandaardiseerde portiegroottes (zie annex II).

Annex II: Omschrijving portiegroottes

Als op de verpakking duidelijk wordt wat een portie is, kan deze hoeveelheid worden gebruikt. Als dit niet op te maken is uit de informatie van de verpakking, kan onderstaande tabel gebruikt worden.

| Productcategorie | Product | Portie | Hoeveelheid |
|-----------------------|--|-------------------------|------------------|
| Brood | Brood ongesneden | boterham | 35 gram |
| | Krentenbrood met of zonder spijs | boterham | 35 gram |
| | Ontbijtkoek ongesneden | plak | 25 gram |
| | Kruidkoek ongesneden | plak | 35 gram |
| | Luxe koeken ongesneden | plak | 32 gram |
| | Roggebrood, lichtbruin | plak | 25 gram |
| | Roggebrood, donker | plak | 50 gram |
| Boter en margarine | Smeerbare vetproducten | op 1 boterham | 5 gram |
| | Olie en vloeibare vetten | 1 eetlepel | 15 gram |
| Broodbeleg, hartig | Harde en halfharde kaas | op 1 boterham | 20 gram |
| | Kaasproducten, "vers" | op 1 boterham | 10 gram |
| | Smeerkaas producten | op 1 boterham | 15 gram |
| | Rookkaas | op 1 boterham | 20 gram |
| | Vis | op 1 boterham | 40 gram |
| | Vleeswaren | op 1 boterham | 15 gram |
| | Overig beleg, pindakaas e.d. | op 1 boterham | 15 gram |
| Broodbeleg, zoet | Smeerbaar | op 1 boterham | 15 gram |
| | Strooibaar | op 1 boterham | 20 gram |
| Melk en melkproducten | Dun-vloeibare zuivelproducten | glas/beker | 200 ml |
| | Dik-vloeibare zuivelproducten | glas/beker | 150 ml |
| | Steekvaste zuivel (dessert) producten | schaaltje | 125 gram |
| | Luchtige steekvaste (dessert) producten | schaaltje | 115 ml |
| | Kwarkproducten | schaaltje | 150 ml |
| | Roomproducten ongezoet | eetlepel | 9 gram |
| | Roomproducten gezoet (incl. spuitbussen) | eetlepel | 10 gram |
| | Zure roomproducten | eetlepel | 20 gram |
| | Vloeibare koffieverrijkers | cupje | 7 ml* |
| | Poedervormige koffieverrijkers | zakje | 2,5 gram |
| | Geraspte kaas producten | - | 20 gram |
| | IJsgerecht | Schaaltje (3 bolletjes) | 100 ml / 50 gram |
| Dranken | Frisdrank | glas | 250 ml |
| | Limonadesiroop | glas | 200 ml |
| | Koffie | kop | 6 gram |
| | Thee | kop | 1 gram |
| | Tomatensap | glas | 200 ml |
| | Vruchtensap, vruchtendrank | glas | 200 ml |
| | Water, mineraalwater | glas | 250 ml |

| Productcategorie | Product | Portie | Hoeveelheid |
|--|--------------------------------------|---------------------------------------|---|
| Dranken, alcoholhoudend (< 1,2 alcohol%) | Bier | glas | 200 ml |
| Soep | Soep | bord/kop | 250 ml |
| | Soep, bouillon | mok | 175 ml |
| Vlees | Vlees | stukje | 100 gram |
| | Vlees met bot | stukje | 160 gram |
| Vis | Vis | stukje | 100 gram |
| Saus | Saus, hartig, koud/warm | eetlepel | 15 ml |
| | Saus, zoet dessert | eetlepel | 15 ml |
| Groente | Groente bereid | 4 groentelepels | 200 gram |
| | Bladgroente, zonder dressing, rauw | schaaltje | 35 gram |
| | Vaste groente, zonder dressing, rauw | schaaltje | 70 gram |
| Fruit | Fruit, schoon | schaaltje | 125 gram |
| | Fruitconserven | schaaltje | 125 gram |
| | Fruit, gedroogd geweld | schaaltje | 125 gram |
| Aardappelen, rijst, deegwaren | Tafelaardappelen | 200 gram geschild 4 aardappelepels | 200 gram bereid product |
| | Aardappelpuree | 4 aardappelepels | 200 gram* |
| | Pasta gedroogd | 80 gram ongekookt product | 200 gram* bereid product |
| | Frites | 135 gram diepvriesproduct | 100 gram bereid product |
| | Rijst | 3 aardappelepels | 150 gram |
| Peulvruchten | Peulvruchten | 4 groentelepels | 200 gram |
| Snacks, zoutjes, snoep | Kaas, paté en ander beleg | op toastje groot | 10 gram |
| | Kaas, paté en ander beleg | op toastje klein | 5 gram |
| | Worst | Plak | 15 gram |
| | Chips | schaaltje van 300 ml | Gewichtshoeveelheid die hiermee overeenkomt |
| | Pinda's en noten | eetlepel | 30 gram |
| | Saté met saus | 3 stokjes | 150 gram |
| | Chocolade | stukje | 10 gram |
| | Drop | 3-5 stuks | 10 gram |
| Koek en gebak | Cake | plak | 30 gram |
| Suiker | Suiker | theelepels | 2 gram |

Annex III: Echtheidscriteria

Echtheidscriteria zijn opgesteld om te beoordelen of producten tot de basisproductgroep behoren waarvoor ze worden ingediend. Voorlopig gelden deze criteria alleen voor vervangers van basisproducten zoals vlees- of melkvervangers. Voor de overige producten zijn de criteria voorlopig indicatief voor de inhoudseisen van producten.

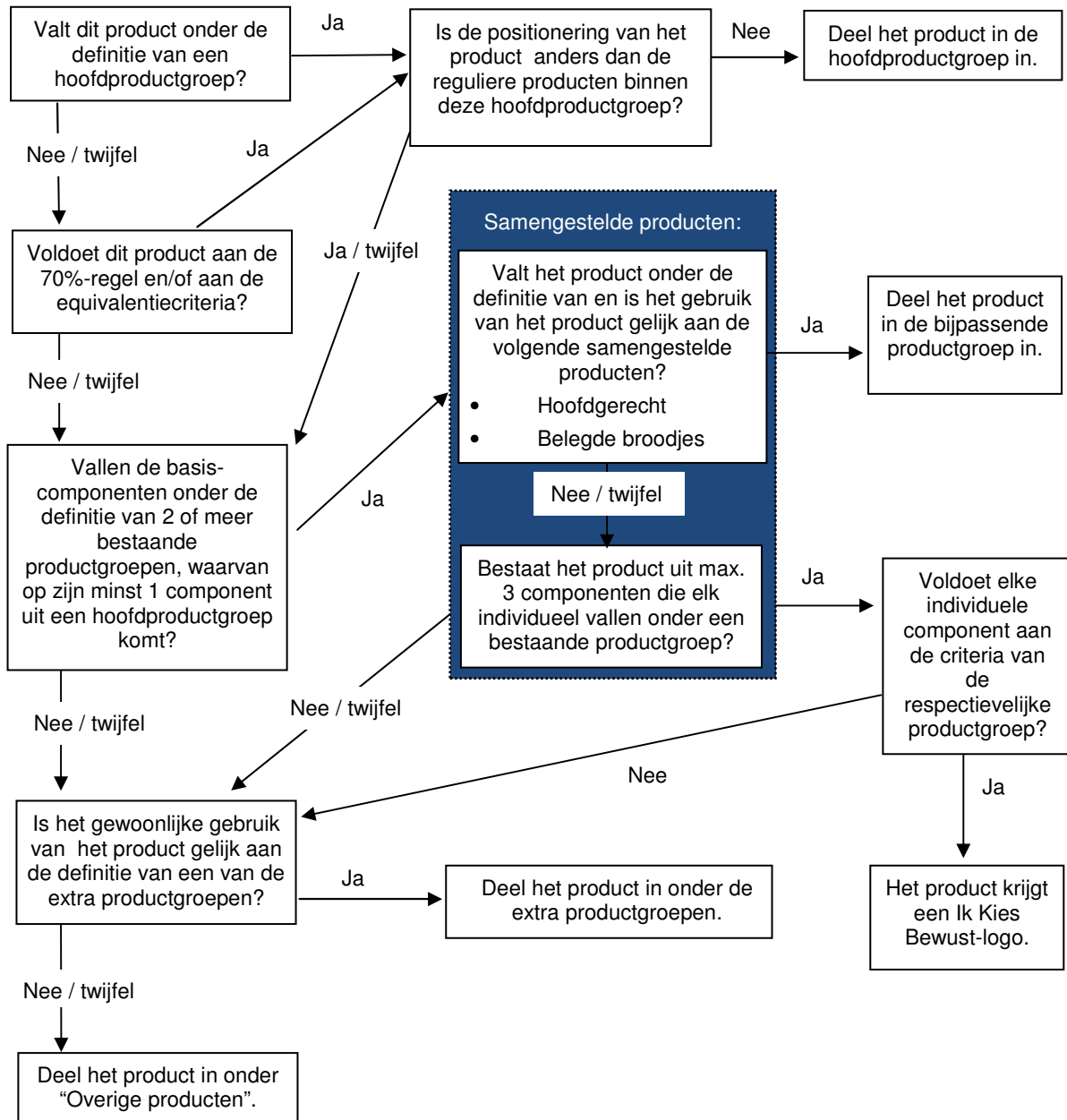
Een product moet minimaal van twee van de volgende nutriënten voldoende bevatten:

- Fruit en groenten: Vitamine C, vezel, foliumzuur, Vitamine A
- Brood en granen: Vezel, Vitamine B6, foliumzuur, IJzer, Vitamine B1
- Melk(producten): Calcium, Vitamine B2, foliumzuur, Vitamine B12
- Vlees, vis, gevogelte: Retinol, Vitamine B1, Vitamine D, IJzer, Vitamine B12
- Vetten, oliën, smeerbare vetten: Vitamines D + E, Vitamine A

De producten moeten van twee van de genoemde nutriënten minimaal de volgende hoeveelheden per 100 g bevatten:

| Voedingsstof | Hoeveelheid per 100 gram |
|---------------------------------|--------------------------|
| Vitamine A (Retinol-equivalent) | 70 µg |
| Vitamine E | 1,5 mg |
| Vitamine D | 0,5 µg |
| Vitamine B1 | 0,11 mg |
| Vitamine B2 | 0,11 mg |
| Vitamine B6 | 0,13 mg |
| Vitamine B12 | 0,24 µg |
| Foliumzuur | 40 µg |
| Vitamine C | 7,5 mg |
| Calcium | 100 mg |
| IJzer | 0,8 mg |
| Vezel | 2,5 g |

Annex IV: Beslisboom voor productgroepindeling



Opmerkingen

- Producten worden in principe ingevuld en beoordeeld 'als verkocht'. Alleen voor gedroogde producten in poedervorm, geconcentreerde of gecondenseerde producten mag het product worden ingediend 'zoals bereid'. Dit enkel als de bereidingswijze eenduidig is, zoals bijvoorbeeld het met vloeistof aanlengen van een product tot de oorspronkelijke concentratie. In dit geval kan het product de beslisboom doorlopen en in een productgroep worden ingedeeld. Hierbij moet worden uitgegaan van de standaard bereidingswijze zoals vermeld op de verpakking.
- Een hoofdgerecht is een voedingsmiddel dat 'als verkocht' (onder andere gebaseerd op de FDA definitie):
 1. bedoeld is als een hoofdgerecht of een hoofdgerecht voorstelt, dat tijdens het middag- of avondmaal geconsumeerd wordt, en;
 2. per portie (als verkocht) op zijn minst 40 gram voedingsproducten uit 2 van de 4 volgende productgroepen bevat: koolhydraatbronnen (1), groenten (2), zuivelproducten (3), vlees(vervangers), vis, eieren of gevogelte (4).

Instructies voor beslisboom

De beslisboom is ontwikkeld om het indelen van producten in een productgroepen makkelijker te maken. Wanneer een product duidelijk in een productgroep is in te delen, dan is het gebruik van de beslisboom niet aan de orde. Wanneer het gebruik of samenstelling van een product niet duidelijk binnen één van de gedefinieerde productgroepen valt, dan kan de beslisboom helpen met het indelen van een product in een bepaalde productgroep.