Ez a dokumentum kizárólag tájékoztató jellegű és nem vált ki joghatást. Az EU intézményei semmiféle felelősséget nem vállalnak a tartalmáért. A jogi aktusoknak – ideértve azok bevezető hivatkozásait és preambulumbekezdéseit is – az Európai Unió Hivatalos Lapjában közzétett és az EUR-Lex portálon megtalálható változatai tekintendők hitelesnek. Az említett hivatalos szövegváltozatok közvetlenül elérhetők az ebben a dokumentumban elhelyezett linkeken keresztül

►**B**

A BIZOTTSÁG 432/2012/EU RENDELETE

(2012. május 16.)

a nem a betegségek kockázatának csökkentését, illetve a gyermekek fejlődését és egészségét érintő, élelmiszerekkel kapcsolatos, egészségre vonatkozó, engedélyezett állítások jegyzékének megállapításáról

(EGT-vonatkozású szöveg)

(HL L 136., 2012.5.25., 1. o.)

Módosította:

		Hivatalos Lap		
		Szám	Oldal	Dátum
►**M1**	A Bizottság 536/2013/EU rendelete (2013. június 11.)	L 160	4	2013.6.12.
►**M2**	A Bizottság 851/2013/EU rendelete (2013. szeptember 3.)	L 235	3	2013.9.4.
►**M3**	A Bizottság 1018/2013/EU rendelete (2013. október 23.)	L 282	43	2013.10.24.
►**M4**	A Bizottság 40/2014/EU rendelete (2014. január 17.)	L 14	8	2014.1.18.
►**M5**	A Bizottság 274/2014/EU rendelete (2014. március 14.)	L 83	1	2014.3.20.
►**M6**	A Bizottság (EU) 2015/7 rendelete (2015. január 6.)	L 3	3	2015.1.7.
►**M7**	A Bizottság (EU) 2015/539 rendelete (2015. március 31.)	L 88	7	2015.4.1.
►**M8**	A Bizottság (EU) 2015/2314 rendelete (2015. december 7.)	L 328	46	2015.12.12.
►**M9**	A Bizottság (EU) 2016/854 végrehajtási rendelete (2016. május 30.)	L 142	5	2016.5.31.
►**M10**	A Bizottság (EU) 2016/1413 rendelete (2016. augusztus 24.)	L 230	8	2016.8.25.
►**M11**	A Bizottság (EU) 2017/672 végrehajtási rendelete (2017. április 7.)	L 97	24	2017.4.8.
►**M12**	A Bizottság (EU) 2017/676 végrehajtási rendelete (2017. április 10.)	L 98	1	2017.4.11.

▼B

A BIZOTTSÁG 432/2012/EU RENDELETE

(2012. május 16.)

a nem a betegségek kockázatának csökkentését, illetve a gyermekek fejlődését és egészségét érintő, élelmiszerekkel kapcsolatos, egészségre vonatkozó, engedélyezett állítások jegyzékének megállapításáról

(EGT-vonatkozású szöveg)

1. cikk

Egészségre vonatkozó, engedélyezett állítások

(1) Az élelmiszerekkel kapcsolatos, egészségre vonatkozó állítások 1924/2006/EK rendelet 13. cikkének (3) bekezdésében említett listáját e rendelet melléklete tartalmazza.

(2) Az (1) bekezdésben említett, egészségre vonatkozó állítások a mellékletben megállapított feltételekkel alkalmazhatók élelmiszerekre.

2. cikk

Hatálybalépés és alkalmazás

Ez a rendelet az *Európai Unió Hivatalos Lapjában* való kihirdetését követő huszadik napon lép hatályba.

Ezt a rendeletet 2012. december 14-től kell alkalmazni.

Ez a rendelet teljes egészében kötelező és közvetlenül alkalmazandó valamennyi tagállamban.

▼B

MELLÉKLET

AZ EGÉSZSÉGRE VONATKOZÓ, ENGEDÉLYEZETT ÁLLÍTÁSOK JEGYZÉKE

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Aktív szén	Az aktív szén részt vesz az étkezést követő túlzott bélgázképződés csökkentésében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként 1 g aktív szenet tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás úgy érhető el, ha 1 g-ot legalább 30 perccel az étkezés előtt, 1 g-ot pedig röviddel utána fogyaszt el.		2011;9(4):2049	1938
▼M1 Alfa-ciklodextrin	Keményítőtartalmú étkezés részeként az alfa-ciklodextrin fogyasztása hozzájárul az étkezést követő vércukorszint-emelkedés csökkentéséhez.	Az állítás olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amelynek az étkezés részeként elfogyasztott adagonkénti ciklodextrin tartalma legalább 5 g/50 g keményítő. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás az alfa-ciklodextrin étkezés részeként való elfogyasztásával érhető el.		2012;10(6):2713	2926
▼B Alfa-linolénsav (ALA)	Az ALA hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „OMEGA-3 ZSÍRSAVAK FORRÁSA” állítás szerint legalább ALA-forrás. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 2 g alfa-linolénsav (ALA) napi bevitelével érhető el.		2009; 7(9):1252 2011;9(6):2203	493, 568

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
▼M2					
Alkoholmentes, savas reformital a következőkkel: — 100 ml-enként kevesebb mint 1 g fermentálható szénhidrát (cukrok és más szénhidrátok a poliolok kivételével), — kalcium 0,3 és 0,8 mol közötti tartományban a savanyítószer minden moljában, — 3,7 és 4,0 közötti pH-érték.	A cukortartalmú, savas italok, például az üdítők (tipikusan 8–12 g cukor/100 ml) reformitalokkal való felváltása segít fenntartani a fogak mineralizációját (***).	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a savas reformitaloknak meg kell felelniük azon élelmiszer leírásának, amelyre az állítás vonatkozik.	—	2010;8(12):1884	—
▼B					
Árparost	Az árparost fogyasztása hozzájárul a széklet mennyiségének növeléséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt ÉLELMI ROSTBAN GAZDAG állítás szerint élelmi rostban gazdag.		2011;9(6):2249	819
A-vitamin	Az A-vitamin részt vesz megfelelő a normál vasanyagcserében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább A-vitaminforrás.		2009; 7(9):1221	206
A-vitamin	Az A-vitamin hozzájárul a nyálkahártyák normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább A-vitaminforrás.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 4702

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
A-vitamin	Az A-vitamin hozzájárul a bőr normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább A-vitaminforrás.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 17, 4660, 4702
A-vitamin	Az A-vitamin hozzájárul a normál látás fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább A-vitaminforrás.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	16, 4239, 4701
A-vitamin	Az A-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább A-vitaminforrás.		2009; 7(9):1222 2011;9(4):2021	14, 200, 1462
A-vitamin	Az A-vitamin szerepet játszik a sejtek differenciálódásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább A-vitaminforrás.		2009; 7(9):1221	14
Az olívaolaj polifenoljai	Az olívaolaj polifenoljai hozzájárulnak a vérzsírok oxidatív stresszszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan olívaolaj esetében alkalmazható, amely 20 g-onként legalább 5 mg hidroxitirozolt és származékait (pl. oleoropein komplexet és tirozolt) tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 20 g olívaolaj napi bevitelével érhető el.		2011;9(4):2033	1333, 1638, 1639, 1696, 2865
B12-vitamin	A B12-vitamin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2009; 7(9):1223	99, 190

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
B12-vitamin	A B12-vitamin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
B12-vitamin	A B12-vitamin hozzájárul a normál homocisztein-anyagcseréhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2010;8(10):4114	96, 103, 106
B12-vitamin	A B12-vitamin hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
B12-vitamin	A B12-vitamin hozzájárul a normál vörösvérsejt-képződéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2009; 7(9):1223	92, 101
B12-vitamin	A B12-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2009; 7(9):1223	107

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
B12-vitamin	A B12-vitamin hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2010;8(10):4114	108
B12-vitamin	A B12-vitamin szerepet játszik a sejtosztódásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B12-vitaminforrás.		2009; 7(9):1223 2010;8(10):1756	93, 212
B6-vitamin	A B6-vitamin részt vesz a normál cisztein-anyagcseréhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2010;8(10):1759	4283
B6-vitamin	A B6-vitamin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2010;8(10):1759	75, 214
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2009; 7(9):1225	66
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul a normál homocisztein-anyagcseréhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2010;8(10):1759	73, 76, 199

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
B6-vitamin	A B6-vitamin részt vesz a normál fehérje- és glikogén-anyagcserében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2009; 7(9):1225	65, 70, 71
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2010;8(10):1759	77
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul a normál vörösvérsejt-képződéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2009; 7(9):1225	67, 72, 186
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2009; 7(9):1225	68
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2010;8(10):1759	78
B6-vitamin	A B6-vitamin hozzájárul a hormonális aktivitás szabályozásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább B6-vitaminforrás.		2009; 7(9):1225	69

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Béta-glükán	A béta-glükánok hozzájárulnak a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként legalább 1 g, zabból, zabkorpából, árpából vagy árpakorpából vagy ezek keverékéből származó béta-glükánt tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 3 g, zabból, zabkorpából, árpából vagy árpakorpából vagy ezek keverékéből származó béta-glükán napi bevitelével érhető el.		2009; 7(9):1254 2011;9(6):2207	754, 755, 757, 801, 1465, 2934 1236, 1299
Betain	A betain részt vesz a normál homocisztein-anyagcserében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként legalább 500 mg betaint tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 1,5 g betain napi bevitelével érhető el.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a 4 g — ot meghaladó bevitel jelentősen megnövelheti a vér koleszterinszintjét.	2011;9(4):2052	4325
Biotin	A biotin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2009; 7(9):1209	114, 117
Biotin	A biotin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2009; 7(9):1209	116
Biotin	A biotin részt vesz a makrotápanyagok normál anyagcseréjében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	113, 114, 117, 4661

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Biotin	A biotin hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2010;8(10):1728	120
Biotin	A biotin hozzájárul a haj normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	118, 121, 2876
Biotin	A biotin hozzájárul a nyálkahártyák normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2009; 7(9):1209	115
Biotin	A biotin hozzájárul a bőr normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább biotinforrás.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	115, 121
Búza endospermiumból előállított arabinoxilán	Az étkezés részeként fogyasztott arabinoxilán részt vesz az adott étkezést követő vércukorszint-emelkedés csökkentésében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amelynek egy adagja az étkezés részeként fogyasztva 100 g emészthető szénhidrátban legalább 8 g, búza endospermiumból előállított, arabinoxilánban (AX) gazdag rostot tartalmaz (legalább 60 tömeg%). Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás a búza endospermiumból előállított, arabinoxilánban (AX) gazdag rost étkezés részeként történő fogyasztásával érhető el.		2011;9(6):2205	830

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Búzakorparost	A búzakorparost hozzájárul a bélműködés gyorsításához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt ÉLELMI ROSTBAN GAZDAG állítás szerint élelmi rostban gazdag. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy az állított hatás 10 g búzakorparost napi bevitelével érhető el.		2010;8(10):1817	828, 839, 3067, 4699
Búzakorparost	A búzakorparost fogyasztása hozzájárul a széklet mennyiségének növeléséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt ÉLELMI ROSTBAN GAZDAG állítás szerint élelmi rostban gazdag.		2010;8(10):1817	3066
Cink	A cink részt vesz a normál savbázis egyensúly fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	360
Cink	A cink részt vesz a normál szénhidrát-anyagcserében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	382
Cink	A cink hozzájárul a normál szellemi működés fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	296
Cink	A cink hozzájárul a normál DNS-szintézishez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	292, 293, 1759

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Cink	A cink szerepet játszik a normál termékenység és szaporodás fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	297, 300
Cink	A cink részt vesz a makrotápanyagok normál anyagcseréjében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	2890
Cink	A cink részt vesz a zsírsavak normál anyagcseréjében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	302
Cink	A cink részt vesz az A-vitamin normál anyagcseréjében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	361
Cink	A cink szerepet játszik a normál fehérjeszintézisben.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	293, 4293

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Cink	A cink hozzájárul a normál csontozat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	295, 1756
Cink	A cink hozzájárul a haj normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	412
Cink	A cink hozzájárul a köröm normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	412
Cink	A cink hozzájárul a bőr normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	293
Cink	A cink hozzájárul a vér normál tesztoszteronszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2010;8(10):1819	301
Cink	A cink hozzájárul a normál látás fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	361
Cink	A cink hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	291, 1757

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Cink	A cink hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	294, 1758
Cink	A cink szerepet játszik a sejtosztódásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább cinkforrás.		2009; 7(9):1229	292, 293, 1759
Cukorhelyettesítők, azaz intenzív édesítőszerek; xilit, szorbit, mannit, maltit, laktit, izomalt, eritrit, szukralóz és polidextróz, D-tagatóz és izomaltulóz	A cukor (*) helyett <cukorhelyettesítő neve>-t tartalmazó ételek/italok fogyasztása a fogyasztást követően kisebb mértékű vércukorszint-emelkedést okoz, mint a cukrot tartalmazó ételek/italok fogyasztása.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a cukrokat az ételekben és italokban cukorhelyettesítőkkel, azaz intenzív édesítőszerekkel, xilittel, szorbittal, mannittal, maltittal, laktittal, izomalttal, eritrittel, szukralózzal vagy polidextrózzal vagy ezek kombinációjával kell helyettesíteni, hogy az ételek és italok legalább az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt CSÖKKENTETT [TÁPANYAG NEVE]TARTALOM állítás szerinti mértékben csökkentett mennyiségű cukrokat tartalmazzanak. A D-tagatózzal és az izomaltulózzal az egyéb cukrok megfelelő mennyiségét kell az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt CSÖKKENTETT [TÁPANYAG NEVE]TARTALOM állítás szerinti mértékben csökkenteni.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920 4298
Cukorhelyettesítők, azaz intenzív édesítőszerek; xilit, szorbit, mannit, maltit, laktit, izomalt, eritrit, szukralóz és polidextróz, D-tagatóz és izomaltulóz	A cukor (**) helyett <cukorhelyettesítő neve>-t tartalmazó ételek/italok fogyasztása hozzájárul a fogak mineralizációjának fenntartásához.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a cukrokat a (plakk pH-ját 5,7 alá csökkentő) ételekben és italokban cukorhelyettesítőkkel, azaz intenzív édesítőszerekkel, xilittel, szorbittal, mannittal, maltittal, laktittal, izomalttal, eritrittel, D-tagatózzal, izomaltulózzal, szukralózzal vagy polidextrózzal vagy ezek kombinációjával kell olyan mértékben helyettesíteni, hogy az említett ételek és italok a fogyasztásuk alatt és azt követően 30 percig ne csökkentsék 5,7 alá a plakk pH-ját.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300 1134, 1167, 1283

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Cukormentes rágógumi	A cukormentes rágógumi hozzájárul a fogak mineralizációjának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely teljesíti az 1924/2006/EK rendelet mellékletében a tápanyag-összetételre vonatkozó CUKORMENTES állításra megállapított feltételeket. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás a rágógumi evést vagy ivást követő, legalább 20 perces rágásával érhető el.		2009; 7(9):1271 2011;9(4):2072 2011;9(6):2266	1151, 1154 486, 562, 1181
Cukormentes rágógumi	A cukormentes rágógumi segít semlegesíteni a foglepedék savait.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely teljesíti az 1924/2006/EK rendelet mellékletében a tápanyag-összetételre vonatkozó CUKORMENTES állításra megállapított feltételeket. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás a rágógumi evést vagy ivást követő, legalább 20 perces rágásával érhető el.		2009; 7(9):1271 2011;6(6):2266	1150 485
Cukormentes rágógumi	A cukormentes rágógumi segít csökkenteni a szájszárazságot.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely teljesíti az 1924/2006/EK rendelet mellékletében a tápanyag-összetételre vonatkozó CUKORMENTES állításra megállapított feltételeket. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás úgy érhető el, ha rágógumit rág, valahányszor száraznak érzi a száját.		2009; 7(9):1271	1240
▼M4 Cukorréparost	A cukorréparost fogyasztása növeli a széklet tömegét.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt ÉLELMI ROSTBAN GAZDAG állítás szerint élelmi rostban gazdag.		2011;9(12):2468	

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez intenzív testmozgás alatt vagy azt követően.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely naponta 200 mg C-vitamin bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 200 mg C-vitamin napi bevitelével érhető el az ajánlott napi C-vitaminbevitelen túl.		2009; 7(9):1226	144
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a normál kollagénképződéshez és ezen keresztül az erek normál állapotának, működésének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	130, 131, 149
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a normál kollagénképződéshez és ezen keresztül a normál csontozat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	131, 149
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a normál kollagénképződéshez és ezen keresztül a porcok normál állapotának, működésének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	131, 149
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a normál kollagénképződéshez és ezen keresztül a fogíny normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	131, 136, 149

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a megfelelő kollagénképződéshez és ezen keresztül a bőr normál állapotának, működésének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	131, 137, 149
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a megfelelő kollagénképződéshez és ezen keresztül a fogak normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	131, 149
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokhoz.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	135, 2334, 3196
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	133
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2010;8(10):1815	140

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	134, 4321
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	129, 138, 143, 148, 3331
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2010;8(10):1815	139, 2622
C-vitamin	A C-vitamin hozzájárul az E-vitamin redukált formájának regenerálásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2010;8(10):1815	202

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
C-vitamin	A C-vitamin fokozza a vas felszívódását.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább C-vitaminforrás.		2009; 7(9):1226	132, 147
Dió	A dió hozzájárul a vérerek rugalmasságának fenntartásához, javításához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely naponta 30 g dió bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 30 g dió napi bevitelével érhető el.		2011;9(4):2074	1155, 1157
Dokozahexaénsav (DHA)	A dokozahexaénsav (DHA) hozzájárul a normál agyműködés fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g-ra és 100 kcal-ra nézve legalább 40 mg dokozahexaénsavat (DHA) tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 250 mg dokozahexaénsav (DHA) napi bevitelével érhető el.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	565, 626, 631, 689, 704, 742, 3148, 690, 3151, 497, 501, 510, 513, 519, 521, 534, 540, 688, 1323, 1360, 4294
Dokozahexaénsav (DHA)	A dokozahexaénsav (DHA) hozzájárul a normál látás fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g-ra és 100 kcal-ra nézve legalább 40 mg dokozahexaénsavat (DHA) tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 250 mg dokozahexaénsav (DHA) napi bevitelével érhető el.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	627, 632, 743, 3149, 2905, 508, 510, 513, 519, 529, 540, 688, 4294
▼M1 Dokozahexaénsav (DHA)	A DHA hozzájárul a vér normál trigliceridszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely napi 2 g DHA bevitelt biztosít, és amely a DHA-t eikozapenténsavval (EPA) együttesen tartalmazza. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 2 g DHA napi bevitelével érhető el. Ha az állítást étrend-kiegészítő és/vagy dúsított élelmiszerek esetén alkalmazzák, a fogyasztót arról is tájékoztatni kell, hogy a kiegészítésként fogyasztott EPA és DHA együttes napi mennyisége az 5 g-ot ne haladja meg.	Az állítás nem használható gyermekeknek szánt élelmiszerek esetén.	2010;8(10):1734	533, 691, 3150

▼M1

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Dokozahexaénsav és eikozapenténsav (DHA/EPA)	A DHA és az EPA hozzájárul a normál vérnyomás fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 3 g EPA és DHA bevitelt biztosít naponta. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 3 g EPA és DHA napi bevitelével érhető el. Ha az állítást étrend-kiegészítő és/vagy dúsított élelmiszerek esetén alkalmazzák, a fogyasztót arról is tájékoztatni kell, hogy a kiegészítésként fogyasztott EPA és DHA együttes napi mennyisége az 5 g-ot ne haladja meg.	Az állítás nem használható gyermekeknek szánt élelmiszerek esetén.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	502, 506, 516, 703, 1317, 1324
Dokozahexaénsav és eikozapenténsav (DHA/EPA)	A DHA és az EPA hozzájárul a vér normál triglicerid-szintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 2 g EPA és DHA bevitelt biztosít naponta. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 2 g EPA és DHA napi bevitelével érhető el. Ha az állítást étrendkiegészítő és/vagy dúsított élelmiszerek esetén alkalmazzák, a fogyasztót arról is tájékoztatni kell, hogy a kiegészítésként fogyasztott EPA és DHA együttes napi mennyisége az 5 g-ot ne haladja meg.	Az állítás nem használható gyermekeknek szánt élelmiszerek esetén.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	506, 517, 527, 538, 1317, 1324, 1325

▼B

D-vitamin	A D-vitamin hozzájárul a kalcium és a foszfor normál felszívódásához/hasznosulásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2009; 7(9):1227	152, 157, 215
D-vitamin	A D-vitamin hozzájárul a vér normál kalciumszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2009; 7(9):1227 2011;9(6):2203	152, 157 215

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
D-vitamin	A D-vitamin hozzájárul az egészséges csontozat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2009; 7(9):1227	150, 151, 158, 350
D-vitamin	A D-vitamin hozzájárul az egészséges izomfunkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2010; 8(2):1468	155
D-vitamin	A D-vitamin hozzájárul a normál fogazat fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2009; 7(9):1227	151, 158
D-vitamin	A D-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2010; 8(2):1468	154, 159
D-vitamin	A D-vitamin szerepet játszik a sejtosztódásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább D-vitaminforrás.		2009; 7(9):1227	153
Egyszeresen és/vagy többszörösen telítetlen zsírsavak	A telített zsírsavak telítetlen zsírsavakkal [egyszeresen telítetlen zsírsavakkal és többszörösen telítetlen zsírsavakkal] való helyettesítése az étrendben hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt TELÍTETLEN ZSÍRBAN GAZDAG állítás szerint telítetlen zsírban gazdag.		2011;9(4):2069 2011;9(6):2203	621, 1190, 1203, 2906, 2910, 3065 674, 4335

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Eikozapenténsav és dokozahexaénsav (EPA/DHA)	Az EPA és a DHA hozzájárul a szív megfelelő működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „OMEGA-3 ZSÍRSAVAK FORRÁSA” állítás szerint legalább EPA- és DHA-forrás. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 250 mg EPA és DHA napi bevitelével érhető el.		2010;8(10):1796 2011;9(4):2078	504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360
Élő joghurtkultúrák	A joghurtban és a savanyított tejben található élő kultúrák elősegítik a laktóz emésztését azoknál, akiknek laktózemésztési nehézségeik vannak.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a joghurtnak vagy a savanyított tejnek legalább 10^8 telepképző egység (CFU) élő startermikroorganizmust (*Lactobacillus delbrueckii* subsp. bulgaricus és *Streptococcus thermophilus*) kell tartalmaznia grammonként.		2010;8(10):1763	1143, 2976
Emésztésnek ellenálló keményítő	Az étkezés emészthető keményítő-tartalmának helyettesítése emésztésnek ellenálló keményítővel hozzájárul az adott étkezés után bekövetkező vércukorszint-emelkedés csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amelynek az emészthető keményítő-tartalmát olyan mértékben helyettesítették emésztésnek ellenálló keményítővel, hogy az összes keményítőtartalomnak legalább 14 %-a emésztésnek ellenálló keményítő legyen.		2011;9(4):2024	681
E-vitamin	Az E-vitamin hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább E-vitaminforrás.		2010;8(10):1816	160, 162, 1947
Fehérje	A fehérje hozzájárul az izomtömeg növekedéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt FEHÉRJEFORRÁS állítás szerint legalább fehérjeforrás.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Fehérje	A fehérje hozzájárul az izomtömeg fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt FEHÉRJEFORRÁS állítás szerint legalább fehérjeforrás.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Fehérje	A fehérje hozzájárul a normál csontozat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt FEHÉRJEFORRÁS állítás szerint legalább fehérjeforrás.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	416 4704
Fluorid	A fluorid részt vesz a fogak mineralizációjában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább fluoridforrás.		2009; 7(9):1212 2010;8(10):1797	275, 276, 338, 4238,
Folát	A folát a terhesség alatt részt vesz az anyai szövetek növekedésében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2009; 7(9):1213	2882
Folát	A folát részt vesz a normál aminosav-szintézisben.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2010;8(10):1760	195, 2881
Folát	A folát hozzájárul a normál vérképződéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2009; 7(9):1213	79
Folát	A folát hozzájárul a normál homocisztein-anyagcseréhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2009; 7(9):1213	80

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Folát	A folát hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2010;8(10):1760	81, 85, 86, 88
Folát	A folát hozzájárul az immunrendszer megfelelő működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2009; 7(9):1213	91
Folát	A folát hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2010;8(10):1760	84
Folát	A folát szerepet játszik a sejtosztódásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább folátforrás		2009; 7(9):1213 2010;8(10):1760	193, 195, 2881
Foszfor	A foszfor részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább foszforforrás.		2009; 7(9):1219	329, 373
Foszfor	A foszfor hozzájárul a sejtmembránok megfelelő működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább foszforforrás.		2009; 7(9):1219	328

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Foszfor	A foszfor részt vesz a normál csontozat fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább foszforforrás.		2009; 7(9):1219	324, 327
Foszfor	A foszfor hozzájárul a normál fogazat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább foszforforrás.		2009; 7(9):1219	324, 327
▼M1 Fruktóz	A fruktózt tartalmazó élelmiszerek fogyasztása kisebb mértékű vércukorszint-emelkedést eredményez, mint a szacharózt vagy glükózt tartalmazó élelmiszereké.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a cukorral édesített élelmiszerekben vagy italokban a szacharózt és/vagy glükózt olyan mértékben kell fruktózzal helyettesíteni, hogy legalább 30 %-kal csökkenjen az ilyen ételek és italok glükóz- és/vagy szacharóz tartalma.		2011;9(6):2223	558
▼B Glükomannán (konjak-mannán)	A glükomannán hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 4 g glükomannán napi bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 4 g glükomannán napi bevitelével érhető el.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a glükomannán a gyomorba kerüljön.	2009; 7(9):1258 2010;8(10):1798	836, 1560, 3100, 3217

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Glükomannán (konjakmannán)	A glükomannán a csökkentet energiatartalmú étrend keretein belül hozzájárul a testtömegcsökkenéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként 1 g glükomannánt tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 3 g glükomannán napi bevitelével érhető el, amelyet csökkentett energiatartalmú étrend keretében, három, egyenként 1 g-os adagban, 1–2 pohár vízzel, étkezések előtt kell bevenni.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a glükomannán a gyomorba kerüljön	2010;8(10):1798	854, 1556, 3725,
Guargumi	A guargumi hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely naponta 10 g guargumi bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 10 g guargumi napi bevitelével érhető el.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a guargumi a gyomorba kerüljön.	2010;8(2):1464	808

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Hidroxipropil-metil-cellulóz (HPMC)	Az étkezés részeként fogyasztott hidroxipropil-metil-cellulóz hozzájárul az adott étkezés után bekövetkező vércukorszint-emelkedés csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként 4 g, az étkezés részeként elfogyasztott hidroxipropil-metil-cellulózt tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 4 g HPMC étkezés részeként való elfogyasztásával érhető el.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a hidroxipropil-metil-cellulóz a gyomorba kerüljön	2010;8(10):1739	814
Hidroxipropil-metil-cellulóz (HPMC)	A hidroxipropil-metil-cellulóz hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének megőrzéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely naponta 5 g hidroxipropil-metil-cellulóz bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 5 g hidroxipropil-metil-cellulóz (HPMC) napi bevitelével érhető el.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a hidroxipropil-metil-cellulóz a gyomorba kerüljön	2010;8(10):1739	815
Hús vagy hal	A hús vagy a hal egyéb vastartalmú élelmiszerekkel fogyasztva hozzájárul a jobb vasfelszívódáshoz.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként legalább 50 g húst vagy halat tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás úgy érhető el, ha a nem hem-kötésű vasat tartalmazó élelmiszerekkel együtt 50 g húst vagy halat is fogyasztanak.		2011;9(4):2040	1223

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Jód	A jód hozzájárul a normál szellemi működés fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább jódforrás.		2010;8(10):1800	273
Jód	A jód részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább jódforrás.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 402
Jód	A jód hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább jódforrás.		2010;8(10):1800	273
Jód	A jód hozzájárul a bőr normál állapotának megőrzéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább jódforrás.		2009; 7(9):1214	370
Jód	A jód hozzájárul a pajzsmirigyhormonok normál termeléséhez és a pajzsmirigy normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább jódforrás.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 1237

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
▼M7					
Kakaóban található flavanolok	A kakaóban található flavanolok segítenek megőrizni a vérerek rugalmasságát, amely hozzájárul a normális véráramláshoz (*****) (******).	A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 200 mg kakaóban található flavanol napi bevitelével érhető el. Az állítás csak olyan kakaós (kakaóport tartalmazó) italokra vagy étcsokoládékra alkalmazható, amelyek legalább 200 mg kakaóban található flavanol napi bevitelét biztosítják 1–10 polimerizációs fokkal (*****). Az állítás csak olyan magas flavanoltartalmú kakaókivonatot tartalmazó kapszulákra és tablettákra alkalmazható, amelyek legalább 200 mg kakaóban található flavanol napi bevitelét biztosítják 1–10 polimerizációs fokkal (******).	—	EFSA Journal (2012); 10(7): 2809 (*****) EFSA Journal (2014); 12(5): 3654 (******).	—
▼B					
Kalcium	A kalcium részt vesz a normál véralvadási folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210	230, 236
Kalcium	A kalcium részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210	234
Kalcium	A kalcium hozzájárul a normál izomműködéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210	226, 230, 235
Kalcium	A kalcium részt vesz a normál ingerületátvitelben.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210	227, 230, 235

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Kalcium	A kalcium hozzájárul az emésztőenzimek normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210	355
Kalcium	A kalcium szerepet játszik a sejtosztódási folyamatokban és a sejtek specializációjában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2010;8(10):1725	237
Kalcium	A kalcium szükséges a normál csontozat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210 2009; 7(9):1272 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 350, 354, 2731, 3155, 4311, 4312, 4703 4704
Kalcium	A kalcium szükséges a normál fogazat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kalciumforrás.		2009; 7(9):1210 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 231, 2731, 3099,3155, 4311, 4312, 4703 4704
Kálium	A kálium hozzájárul az idegrendszer megfelelő működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább káliumforrás.		2010; 8(2):1469	386

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Kálium	A kálium hozzájárul a normál izomműködéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább káliumforrás.		2010; 8(2):1469	320
Kálium	A kálium részt vesz a normál vérnyomás fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább káliumforrás.		2010; 8(2):1469	321
Karbamidos cukormentes rágógumi	A karbamidos cukormentes rágógumi hatékonyabban semlegesíti a foglepedék savait, mint a karbamidot nem tartalmazó cukormentes rágógumi.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely teljesíti az 1924/2006/EK rendelet mellékletében a tápanyag-összetételre vonatkozó CUKORMENTES állításra megállapított feltételeket. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, minden egyes cukormentes rágóguminak legalább 20 mg karbamidot kell tartalmaznia. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a rágógumit az evést vagy ivást követően legalább 20 percig kell rágni.		2011;9(4):2071	1153
Kitozán	A kitozán hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 3 g kitozán napi bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 3 g kitozán napi bevitelével érhető el.		2011;9(6):2214	4663
Klorid	A klorid a gyomorban termelődő sósav révén hozzájárul a normál emésztéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább kloridforrás.	Az állítás nem alkalmazható nátrium-klorid forrásból származó klorid esetében	2010;8(10):1764	326

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Kolin	A kolin részt vesz a normál homocisztein-anyagcserében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g-ra vagy 100 ml-re számítva vagy adagonként legalább 82,5 mg kolint tartalmaz.		2011;9(4):2056	3090
Kolin	A kolin részt vesz a normál zsír-anyagcserében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g-ra vagy 100 ml-re számítva vagy adagonként legalább 82,5 mg kolint tartalmaz.		2011;9(4):2056	3186
Kolin	A kolin hozzájárul a normál májműködés fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g-ra vagy 100 ml-re számítva vagy adagonként legalább 82,5 mg kolint tartalmaz.		2011;9(4):2056 2011;9(6):2203	1501 712, 1633
Kreatin	A kreatin növeli a fizikai teljesítményt a rövid, sorozatos, nagy intenzitású mozgás során.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 3 g kreatin napi bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 3 g kreatin napi bevitelével érhető el.	Az állítás csak nagy intenzitású testmozgást végző felnőtteknek szánt élelmiszerek esetében alkalmazható.	2011;9(7):2303	739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924
▼M11 Kreatin	A mindennapos kreatinfogyasztás növeli a rezisztenciaedzés izomerősségre gyakorolt hatását 55 év feletti személyek esetében.	A fogyasztót tájékoztatni kell a következőkről: — az állítás célcsoportját az 55 év feletti, rendszeres rezisztenciaedzést végző személyek alkotják, — a kedvező hatás napi 3 g kreatin bevitelével és ezt kiegészítő, folyamatosan növelhető terheléssel végzett rezisztenciaedzéssel érhető el, amelyet legalább heti háromszor, több héten át, az egyszeri ismétlési maximális terhelés (**********) legalább 65–75 %-os intenzitásával kell végezni.	Az állítás kizárólag az 55 év feletti, rendszeres rezisztenciaedzést végző személyeknek szánt élelmiszerek tekintetében alkalmazható.	2016; 14(2):4400	
▼B Króm	A króm részt vesz a makrotápanyagok normál anyagcseréjében.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább háromvegyértékűkróm-forrás.		2010;8(10):1732	260, 401, 4665, 4666, 4667

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Króm	A króm hozzájárul a normál vércukorszint fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább háromvegyértékűkróm-forrás.		2010;8(10):1732 2011;9(6):2203	262, 4667 4698
K-vitamin	A K-vitamin részt vesz a normál véralvadásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább K-vitaminforrás.		2009; 7 (9):1228	124, 126
K-vitamin	A K-vitamin részt vesz a normál csontozat fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább K-vitaminforrás.		2009; 7 (9):1228	123, 127, 128, 2879
Laktáz enzim	A laktáz enzim segíti a laktóz emésztését azoknál, akiknek laktózemésztési nehézségeik vannak.	Az állítás csak olyan étrend-kiegészítők esetében alkalmazható, amelyek legalább 4 500 FCC (Food Chemicals Codex szerinti) egységet tartalmaznak; ehhez útmutatót kell mellékelni a célcsoport számára, miszerint az enzimet minden laktóztartalmú étkezéshez fogyasztani kell.	A célcsoportot arról is tájékoztatni kell, hogy a laktóztolerancia változhat, és szakértőtől kérjenek tanácsot a laktáz enzim táplálkozásukban betöltött szerepéről.	2009; 7(9):1236 2011;9(6):2203	1697, 1818 1974
▼M12 Laktitol	A laktitol a széklet gyakorisságának növelése révén hozzájárul a normál bélműködéshez.	Az állítás csak olyan étrend-kiegészítő esetében alkalmazható, amely napi egyszeri adagonként 10 g laktitolt tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 10 g laktitol napi egyszeri adagban történő fogyasztásával érhető el.	Az állítás nem alkalmazható gyermekeknek szánt élelmiszerek esetén.	2015;13(10):4252	
▼B Laktulóz	A laktulóz hozzájárul a bélműködés gyorsításához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként 10 g laktulózt tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 10 g laktulóz napi egyszeri bevitelével érhető el.		2010;8(10):1806	807

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
▼M2 Lassan emészthető keményítő	A lassan emészthető keményítőben gazdag termékek fogyasztása kevésbé emeli meg a vércukor koncentrációját az étkezések után, mint a kevés ilyen keményítőt tartalmazó termékek fogyasztása (****).	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amelyben az emészthető szénhidrátok adják a teljes energiatartalom legalább 60 %-át, és amelyben e szénhidrátok legalább 55 %-a emészthető keményítő, amelyből legalább 40 % lassan emészthető keményítő.	—	2011;9(7):2292	—
▼B Linolsav	A linolsav hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g-ra és 100 kcal-ra nézve legalább 1,5 g linolsavat (LA) tartalmaz. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 10 g linolsav (LA) napi bevitelével érhető el.		2009; 7(9):1276 2011;9(6):2235	489, 2899
Magnézium	A magnézium hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2010;8(10):1807	244
Magnézium	A magnézium hozzájárul az elektrolit-egyensúly fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	238
Magnézium	A magnézium részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	240, 247, 248

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Magnézium	A magnézium hozzájárul az idegrendszer megfelelő működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	242
Magnézium	A magnézium hozzájárul a normál izomműködéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216 2010;8(10):1807	241, 380, 3083
Magnézium	A magnézium szerepet játszik a normál fehérjeszintézisben.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	364
Magnézium	A magnézium hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2010;8(10):1807	245, 246
Magnézium	A magnézium részt vesz a normál csontozat fenntartásában.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	239
Magnézium	A magnézium hozzájárul a normál fogazat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	239

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Magnézium	A magnézium szerepet játszik a sejtosztódásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább magnéziumforrás.		2009; 7(9):1216	365
Mangán	A mangán részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább mangánforrás.		2009; 7(9):1217 2010;8(10):1808	311, 405
Mangán	A mangán hozzájárul a normál csontozat fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább mangánforrás.		2009; 7(9):1217	310
Mangán	A mangán hozzájárul a normál kötőszövet-képződéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább mangánforrás.		2010;8(10):1808	404
Mangán	A mangán hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább mangánforrás.		2009; 7(9):1217	309
Melatonin	A melatonin segít enyhíteni a hosszú repülőút és az időeltolódás okozta fáradtságérzést.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként legalább 0,5 mg melatonint tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás úgy érhető el, ha legalább 0,5 mg melatonint fogyaszt az utazás első napján, a lefekvéshez közeli időben, majd a szedést folytatja a megérkezést követő néhány napon át.		2010; 8(2):1467	1953

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Melatonin	A melatonin segít csökkenteni az elalváshoz szükséges időt.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként 1 mg melatonint tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás úgy érhető el, ha 1 mg melatonint fogyaszt a lefekvéshez közeli időben.		2011;9(6):2241	1698, 1780, 4080
Molibdén	A molibdén hozzájárul a kéntartalmú aminosavak normál anyagcseréjéhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább molibdénforrás.		2010;8(10):1745	313
Monascus purpureus (fermentált vörös rizs)	A fermentált vörös rizsből származó monakolin K hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely naponta 10 mg, fermentált vörös rizsből származó monakolin K bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 10 mg, fermentált vörös rizsből származó monakolin K napi bevitelével érhető el.		2011;9(7):2304	1648, 1700
▼M8 Natív cikóriainulin	A natív cikóriainulin a széklet gyakoriságának növelése révén hozzájárul a normál bélműködéshez (*******)	A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 12 g cikóriainulin napi bevitelével érhető el. Az állítás csak olyan élelmiszerek esetében alkalmazható, amelyek legalább 12 g olyan natív cikóriainulin napi bevitelét biztosítják, amely nem frakcionált keveréke a cikóriából kivont monoszacharidoknak (< 10 %), diszacharidoknak, inulin típusú fruktánoknak és az inulinnak (átlagos polimerziációs fok ≥ 9).		2015; 13(1):3951.	
▼B Nátriumszegény vagy csökkentett nátriumtartalmú élelmiszerek	A nátriumfogyasztás csökkentése hozzájárul a normál vérnyomás fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt NÁTRIUMSZEGÉNY VAGY SÓSZEGÉNY állítás szerint legalább nátriumszegény vagy sószegény, vagy a CSÖKKENTETT [TÁPANYAG NEVE] TARTALOM állítás szerint csökkentett nátriumtartalommal vagy sótartalommal rendelkezik.		2011;9(6):2237	336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
▼M9					
Nem emészthető szénhidrátok	A cukrok helyett <valamennyi felhasznált nem emészthető szénhidrát neve>-t tartalmazó ételek/italok fogyasztása esetén a fogyasztás után kisebb mértékű vércukorszint-emelkedés következik be, mint a cukrot tartalmazó ételek/italok fogyasztása esetén.	Az állítás feltüntetéséhez az ételekben vagy italokban található cukrokat nem emészthető szénhidrátokkal kell helyettesíteni (vagyis olyan szénhidrátokkal, amelyek nem emészthetők és nem is szívódnak fel a vékonybélben), olyan mértékben, hogy az ételek vagy az italok legalább az 1924/2006/EK rendelet mellékletében említett „CSÖKKENTETT [TÁPANYAG NEVE]TARTALOM” állítás szerinti értékkel csökkentett cukortartalommal rendelkezzenek.		2014;12(1):3513 2014;12(10):3838 2014;12(10):3839	
Nem fermentálható szénhidrátok	A fermentálható szénhidrátok helyett <valamennyi felhasznált, nem fermentálható szénhidrát neve>-t tartalmazó ételek/italok fogyasztása hozzájárul a fog mineralizációjának fenntartásához.	Az állítás feltüntetéséhez az ételekben és italokban előforduló fermentálható szénhidrátokat ([1]**) nem fermentálható szénhidrátokkal ([2]***) kell helyettesíteni, olyan mennyiségben, hogy az ilyen ételek vagy italok fogyasztásakor a plakk pH-ja étkezés alatt és étkezést követően 30 percig ne csökkenjen 5,7 alá. ([1]**) A fermentálható szénhidrátok olyan szénhidrátok vagy szénhidrátkeverékek, amelyek ételben vagy italban fogyasztva bakteriális fermentáció útján étkezés alatt és étkezést követően 30 percig 5,7 alá csökkentik a plakk pH-ját, ami a plakk pH-jának telemetriás vizsgálatával in vivo vagy in situ mérhető. ([2]***) A nem fermentálható szénhidrátok olyan szénhidrátok vagy szénhidrátkeverékek, amelyek ételben vagy italban fogyasztva bakteriális fermentáció útján nem csökkentik a plakk pH-ját étkezés alatt és étkezést követően 30 percig a konzervatív 5,7 érték alá, ami a plakk pH-jának telemetriás vizsgálatával in vivo vagy in situ mérhető.		2013;11(7):3329	

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Niacin	A niacin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább niacinforrás.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	43, 49, 54, 51
Niacin	A niacin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább niacinforrás.		2009; 7(9):1224	44, 53
Niacin	A niacin hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább niacinforrás.		2010;8(10):1757	55
Niacin	A niacin hozzájárul a nyálkahártyák normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább niacinforrás.		2009; 7(9):1224	45, 52, 4700
Niacin	A niacin hozzájárul a bőr normál állapotának megőrzéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább niacinforrás.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	45, 48, 50, 52, 4700
Niacin	A niacin hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább niacinforrás.		2010;8(10):1757	47

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Növényi szterinek (szterolok) és növényi sztaninek (sztanolok)	A növényi szterinek (szterolok)/sztaninek (sztanolok) hozzájárulnak a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 0,8 g növényi szterin(szterol)/sztanin (sztanol) napi bevitelével érhető el.		2010;8(10):1813 2011;9(6):2203	549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140 568
Olajsav	A telített zsírsavak telítetlen zsírsavakkal való helyettesítése az étrendben hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához. Az olajsav telítetlen zsírsav.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt TELÍTETLEN ZSÍRBAN GAZDAG állítás szerint telítetlen zsírban gazdag.		2011;9(4):2043	673, 728, 729, 1302, 4334
Pantoténsav	A pantoténsav részt vesz a normál energiatermelő folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább pantoténsavforrás.		2009; 7(9):1218	56, 59, 60, 64, 171, 172, 208
Pantoténsav	A pantoténsav hozzájárul a szteroidhormonok, a D-vitamin és egyes ingerületátvivő anyagok normál szintéziséhez és anyagcseréjéhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább pantoténsavforrás.		2009; 7(9):1218	181
Pantoténsav	A pantoténsav hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább pantoténsavforrás.		2010;8(10):1758	63
Pantoténsav	A pantoténsav hozzájárul a normál mentális teljesítményhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább pantoténsavforrás.		2009; 7(9):1218 2010;8(10):1758	57, 58

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Pektinek	A pektinek hozzájárulnak a vér normál koleszterinszintjének fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely naponta 6 g pektin bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 6 g pektin napi bevitelével érhető el.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a pektinek a gyomorba kerüljenek.	2010;8(10):1747	818, 4236
Pektinek	Az étkezés részeként fogyasztott pektinek hozzájárulnak az adott étkezést követő vércukorszint-emelkedés csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként 10 g pektint tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 10 g pektin étkezés részeként való elfogyasztásával érhető el.	Fel kell hívni a figyelmet arra, hogy fulladásveszély merülhet fel, ha a fogyasztónak nyelési nehézségei vannak vagy elégtelen mennyiségű folyadékkal próbálja az élelmiszert fogyasztani — figyelmeztetni kell arra, hogy sok vízzel kell az élelmiszert fogyasztani, hogy a pektinek a gyomorba kerüljenek.	2010;8(10):1747	786
Réz	A réz részt vesz a kötőszövetek normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211	265, 271, 1722

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Réz	A réz hozzájárul a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokhoz.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	266, 1729
Réz	A réz hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	267, 1723
Réz	A réz hozzájárul a haj normál pigmentációjához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Réz	A réz a szervezetben részt vesz a normál vasszállításban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211	269, 270, 1727
Réz	A réz hozzájárul a bőr normál pigmentációjához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211	268, 1724

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Réz	A réz hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	264, 1725
Réz	A réz hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább rézforrás.		2009; 7(9):1211	263, 1726
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	29, 35, 36, 42
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	213
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul a nyálkahártyák normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	31

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul a vörösvérsejtek normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	40
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul a bőr normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	31, 33
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul a normál látás fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	39
Riboflavin (B2-vitamin)	A szervezetben a riboflavin hozzájárul a normál vasanyagcseréhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	30, 37
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	207

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Riboflavin (B2-vitamin)	A riboflavin hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább riboflavinforrás		2010;8(10):1814	41
Rozsrost	A rozsrost hozzájárul a normál bélműködéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt ÉLELMI ROSTBAN GAZDAG állítás szerint élelmi rostban gazdag.		2011;9(6):2258	825
Szelén	A szelén részt vesz a normál spermaképződésben.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább szelénforrás.		2009; 7(9):1220	396
Szelén	A szelén hozzájárul a haj normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább szelénforrás.		2010;8(10):1727	281
Szelén	A szelén hozzájárul a köröm normál állapotának fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább szelénforrás.		2010;8(10):1727	281

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Szelén	A szelén hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább szelénforrás.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	278, 1750
Szelén	A szelén hozzájárul a pajzsmirigy normál működéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább szelénforrás.		2010;8(10):1727 2009; 7(9):1220	279, 282, 286, 410, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293
Szelén	A szelén hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább szelénforrás.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751, 410, 1292
▼M3 Szénhidrátok	A szénhidrátok hozzájárulnak a normál agyműködés fenntartásához.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 130 g, valamennyi forrásból származó szénhidrát napi bevitelével érhető el. Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely adagonként legalább 20 g, az emberi szervezet anyagcseréjében átalakuló – a polioloktól eltérő – szénhidrátot tartalmaz, és teljesíti az 1924/2006/EK rendelet mellékletében az ALACSONY CUKORTARTALMÚ vagy a HOZZÁADOTT CUKROT NEM TARTALMAZ állításokra megállapított feltételeket.	Az állítás nem alkalmazható 100 %-ban cukrot tartalmazó élelmiszerek esetében.	2011;9(6):2226	603,653

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
▼M6 Szénhidrátok	A szénhidrátok részt vesznek a normál izomműködés (kontrakció) helyreállításában nagy intenzitású és/vagy hosszan tartó, az izmok kifáradásához és a vázizomzat glikogénraktárainak kimerüléséhez vezető testmozgást követően	Az állítás csak az olyan élelmiszer esetében használható, amely az emberi szervezet anyagcsere-folyamataiban részt vevő – a polioloktól eltérő – szénhidrátokat tartalmaz. A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás bármilyen forrásból származó, összesen 4 g/testtömeg kg mennyiségű szénhidrát bevitelével érhető el, amely a nagy intenzitású és/vagy hosszan tartó, az izmok kifáradásához és a vázizomzat glikogénraktárainak kimerüléséhez vezető testmozgást követő első négy, de legfeljebb hat órán belül, több adagban fogyasztandó.	Az állítás csak nagy intenzitású és/vagy hosszan tartó, az izmok kifáradásához és a vázizomzat glikogénraktárainak kimerüléséhez vezető testmozgást végző felnőtteknek szánt élelmiszerek esetében alkalmazható.	2013;11(10):3409	
▼B Szénhidrát-elektrolit oldatok	A szénhidrát-elektrolit oldatok hozzájárulnak a teljesítmény hosszú távú fenntartásához a hosszantartó állóképességi gyakorlatok alatt.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a szénhidrát-elektrolit oldatok szénhidrátból származó energiatartalma 80-350 kcal/l kell, hogy legyen, és az energiatartalom legalább 75 %-a nagy glikémiás választ kiváltó szénhidrátokból, például glükózból, glükózpolimerekből és szacharózból kell, hogy származzon. Emellett ezen italok nátriumtartalmának 20 mmol/l (460 mg/l) és 50 mmol/l (1 150 mg/l) között kell lennie, ozmolalitása pedig 200-330 mOsm/kg víz kell, hogy legyen.		2011;9(6):2211	466, 469
Szénhidrát-elektrolit oldatok	A szénhidrát-elektrolit oldatok fokozzák a víz felszívódását a testedzés alatt.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a szénhidrát-elektrolit oldatok szénhidrátból származó energiatartalma 80-350 kcal/l kell, hogy legyen, és az energiatartalom legalább 75 %-a nagy glikémiás választ kiváltó szénhidrátokból, például glükózból, glükózpolimerekből és szacharózból kell, hogy származzon. Emellett ezen italok nátriumtartalmának 20 mmol/l (460 mg/l) és 50 mmol/l (1 150 mg/l) között kell lennie, ozmolalitása pedig 200-330 mOsm/kg víz kell, hogy legyen.		2011;9(6):2211	314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309
Telített zsírban szegény vagy csökkentett telítettzsírsav-tartalmú élelmiszerek	A telített zsírsavak fogyasztásának csökkentése hozzájárul a vér normál koleszterinszintjének megőrzéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt TELÍTETT ZSÍRBAN SZEGÉNY állítás szerint legalább telített zsírban szegény, vagy a CSÖKKENTETT [TÁPANYAG NEVE] TARTALOM állítás szerint csökkentett telítettzsír-tartalommal rendelkezik.		2011;9(4):2062	620, 671, 4332

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
▼M1					
Termesztett szilvafajtákból (*Prunus domestica* L.) előállított aszalt szilva	Az aszalt szilva hozzájárul a megfelelő bélműködéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely 100 g aszalt szilva napi bevitelét biztosítja. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás 100 g aszalt szilva napi bevitelével érhető el.		2012;10(6):2712	1164
▼M10					
Testtömeg-szabályozás céljára szolgáló, a napi étrend egy részét helyettesítő élelmiszer	A csökkentett energiatartalmú étrend napi egy főétkezésének étkezéshelyettesítő élelmiszerrel való helyettesítése hozzájárul az elért testtömeg megtartásához a fogyást követően.	Ahhoz, hogy ezt az állítást fel lehessen tüntetni az élelmiszeren, az élelmiszernek meg kell felelnie az alábbi követelményeknek: 1. **Energiaérték** A termék energiaértékének legalább 200 kcal-nak (840 kJ) kell lennie, de étkezésenként nem lépheti túl a 250 kcal-t (1 046 kJ). (********) 2. **Zsírtartalom és -összetétel** A zsírból származó energia a termék teljes energiaértékének legfeljebb 30 %-a lehet. A linolsavtartalom (gliceridek formájában) nem lehet kevesebb 1 g-nál. 3. **Fehérjetartalom és -összetétel** Az élelmiszer fehérjetartalmából származó energia nem lehet kevesebb, mint a termék teljes energiaértékének 25 %-a, de nem lépheti túl annak 50 %-át. A fehérje kémiai indexének meg kell egyeznie az Egészségügyi Világszervezet által az „Energia- és fehérjetartalommal kapcsolatos követelmények” című dokumentumban leírtakkal. Jelentés a WHO/FAO/UNU közös értekezletéről. Genf: Egészségügyi Világszervezet, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):	Annak érdekében, hogy a terméken fel lehessen tüntetni az állítást, fel kell hívni a fogyasztó figyelmét a napi megfelelő folyadékbevitel fontosságára, valamint arra, hogy a termékek csak csökkentett energiatartalmú étrend részeként tudják rendeltetésüket betölteni, és az ilyen étrendnek más élelmiszereket is tartalmaznia kell. Az állítás szerinti hatás eléréséhez napi egy fő étkezést egy étkezéshelyettesítő élelmiszerrel kell helyettesíteni.	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1418

▼M10

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
		Kívánatos aminosavprofil (g/100 g fehérje)			
		Cisztin + metionin: 1,7			
		Hisztidin: 1,6			
		Izoleucin: 1,3			
		Leucin: 1,9			
		Lizin: 1,6			
		Fenil-alanin + tirozin: 1,9			
		Treonin: 0,9			
		Triptofán: 0,5			
		Valin: 1,3			
		„Kémiai index”: a tesztfehérje esszenciális aminosavainak mennyisége és a referenciafehérje megfelelő aminosavainak mennyisége közötti legalacsonyabb arány. Ha a kémiai index alacsonyabb a referenciafehérje 100 %-ánál, akkor a legkisebb fehérjeértékeket ennek megfelelően növelni kell. A fehérje kémiai indexének minden esetben a referenciafehérjére vonatkozó érték legalább 80 %-ának kell lennie. Aminosavak hozzáadása valamennyi esetben kizárólag a fehérjék tápértékének javítása érdekében, csak az e célhoz szükséges arányban megengedett.			

▼M10

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
		4. **Vitaminok és ásványi anyagok** Az élelmiszer étkezésenkénti vitamin- és ásványianyag-tartalmának az 1169/2011/EU rendelet XIII. mellékletében meghatározott táplálkozási referenciaértékek legalább 30 %-ának kell lennie. Ez a követelmény a fluorra, a krómra, a kloridra és a molibdénre nem vonatkozik. Az élelmiszer étkezésenkénti nátriumtartalmának legalább 172,5 mg-nak kell lennie. Az élelmiszer étkezésenkénti káliumtartalmának legalább 500 mg-nak kell lennie (*********).			
Testtömeg-szabályozás céljára szolgáló, a napi étrend egy részét helyettesítő élelmiszer	A csökkentett energiatartalmú étrend napi két főétkezésének étkezéshelyettesítő élelmiszerrel való pótlása hozzájárul a fogyáshoz.	Ahhoz, hogy ezt az állítást fel lehessen tüntetni az élelmiszeren, az élelmiszernek meg kell felelnie az alábbi követelményeknek: 1. **Energiaérték** A termék energiaértékének legalább 200 kcal-nak (840 kJ) kell lennie, de étkezésenként nem lépheti túl a 250 kcal-t (1 046 kJ) (********). 2. **Zsírtartalom és -összetétel** A zsírból származó energia a termék teljes energiaértékének legfeljebb 30 %-a lehet. A linolsavtartalom (gliceridek formájában) nem lehet kevesebb 1 g-nál. 3. **Fehérjetartalom és -összetétel** Az élelmiszer fehérjetartalmából származó energia nem lehet kevesebb, mint a termék teljes energiaértékének 25 %-a, de nem lépheti túl annak 50 %-át. A fehérje kémiai indexének meg kell egyeznie az Egészségügyi Világszervezet által az „Energia- és fehérjetartalommal kapcsolatos követelmények” című dokumentumban leírtakkal. Jelentés a WHO/FAO/UNU közös értekezletéről. Genf: Egészségügyi Világszervezet, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):	Annak érdekében, hogy a terméken fel lehessen tüntetni az állítást, fel kell hívni a fogyasztó figyelmét a napi megfelelő folyadékbevitel fontosságára, valamint arra, hogy a termékek csak csökkentett energiatartalmú étrend részeként tudják rendeltetésüket betölteni, és az ilyen étrendnek más élelmiszereket is tartalmaznia kell. Az állítás szerinti hatás eléréséhez napi két fő étkezést étkezéshelyettesítő élelmiszerrel kell helyettesíteni.	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1417

▼M10

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
		Kívánatos aminosavprofil (g/100 g fehérje)			
		Cisztin + metionin: 1,7			
		Hisztidin: 1,6			
		Izoleucin: 1,3			
		Leucin: 1,9			
		Lizin: 1,6			
		Fenil-alanin + tirozin: 1,9			
		Treonin: 0,9			
		Triptofán: 0,5			
		Valin: 1,3			
		„Kémiai index”: a tesztfehérje esszenciális aminosavainak mennyisége és a referenciafehérje megfelelő aminosavainak mennyisége közötti legalacsonyabb arány. Ha a kémiai index alacsonyabb a referenciafehérje 100 %-ánál, akkor a legkisebb fehérjeértékeket ennek megfelelően növelni kell. A fehérje kémiai indexének minden esetben a referenciafehérjére vonatkozó érték legalább 80 %-ának kell lennie. Aminosavak hozzáadása valamennyi esetben kizárólag a fehérjék tápértékének javítása érdekében, csak az e célhoz szükséges arányban megengedett.			

▼M10

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
		4. **Vitaminok és ásványi anyagok** Az élelmiszer étkezésenkénti vitamin- és ásványianyag-tartalmának az 1169/2011/EU rendelet XIII. mellékletében meghatározott táplálkozási referenciaértékek legalább 30 %-ának kell lennie. Ez a követelmény a fluorra, a krómra, a kloridra és a molibdénre nem vonatkozik. Az élelmiszer étkezésenkénti nátriumtartalmának legalább 172,5 mg-nak kell lennie. Az élelmiszer étkezésenkénti káliumtartalmának legalább 500 mg-nak kell lennie (*********).			
▼B Tiamin	A tiamin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább tiaminforrás.		2009; 7(9):1222	21, 24, 28
Tiamin	A tiamin hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább tiaminforrás.		2009; 7(9):1222	22, 27
Tiamin	A tiamin hozzájárul a normál pszichológiai funkció fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább tiaminforrás.		2010;8(10):1755	205
Tiamin	A tiamin hozzájárul a szív megfelelő működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább tiaminforrás.		2009; 7(9):1222	20
Vas	A vas hozzájárul a normál szellemi működés fenntartásához.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2009; 7(9):1215	253

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Vas	A vas részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	251, 1589, 255
Vas	A vas hozzájárul a normál vörösvérsejt- és hemoglobin-képződéshez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	249, 1589, 374, 2889
Vas	A vas a szervezetben részt vesz a normál oxigénszállításban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	250, 254, 256, 255
Vas	A vas hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2009; 7(9):1215	252, 259
Vas	A vas hozzájárul a fáradtság és a kifáradás csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2010;8(10):1740	255, 374, 2889
Vas	A vas szerepet játszik a sejtosztódásban.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt „[VITAMIN(OK) NEVE]- ÉS/VAGY [ÁSVÁNYI ANYAG(OK) NEVE]-FORRÁS” állítás szerint legalább vasforrás.		2009; 7(9):1215	368

▼B

Tápanyag, anyag, élelmiszer vagy élelmiszercsoport	Állítás	Az állítás alkalmazásának feltételei	Az élelmiszer felhasználására vonatkozó feltételek és/vagy korlátozások és/vagy kiegészítő tájékoztatás vagy figyelmeztetés	EFSA Journal száma	Az EFSA-értékelésre megküldött konszolidált listán szereplő, vonatkozó bejegyzés száma
Víz	A víz hozzájárul a normál fizikai és szellemi működés fenntartásához.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy az állított hatás eléréséhez naponta legalább 2,0 l vizet kell fogyasztani, valamennyi forrást együttvéve.	Az állítás csak a 2009/54/EK és/vagy a 98/83/EK irányelvnek megfelelő víz esetében alkalmazható.	2011;9(4):2075	1102, 1209, 1294, 1331
Víz	A víz hozzájárul a normál testhőmérséklet-szabályozás fenntartásához.	Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy az állított hatás eléréséhez naponta legalább 2,0 l vizet kell fogyasztani, valamennyi forrást együttvéve.	Az állítás csak a 2009/54/EK és/vagy a 98/83/EK irányelvnek megfelelő víz esetében alkalmazható.	2011;9(4):2075	1208
Zabból és árpából származó béta-glükán	Étkezés részeként fogyasztott zabból vagy árpából származó béta-glükán hozzájárul az adott étkezést követő vércukorszint-emelkedés csökkentéséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amelynek egy adagja az étkezés részeként fogyasztva 30 g emészthető szénhidrátban legalább 4 g, zabból vagy árpából származó béta-glükánt tartalmaz. Ahhoz, hogy az állítást fel lehessen tüntetni, a fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy a kedvező hatás a zabból vagy árpából származó béta-glükán étkezés részeként történő fogyasztásával érhető el.		2011;9(6):2207	821, 824
Zabrost	A zabrost fogyasztása hozzájárul a széklet mennyiségének növeléséhez.	Az állítás csak olyan élelmiszer esetében alkalmazható, amely az 1924/2006/EK rendelet mellékletében felsorolt ÉLELMI ROSTBAN GAZDAG állítás szerint élelmi rostban gazdag.		2011;9(6):2249	822

(*) A D-tagatóz és az izomaltulóz esetében itt az „egyéb cukrok” kell, hogy szerepeljen.
(**) A D-tagatóz és az izomaltulóz esetében itt az „egyéb cukrok” kell, hogy szerepeljen.

▼B

►M2 (***) Engedélyezve 2013. szeptember 24-én, öt évig kizárólag a GlaxoSmithKline Services Unlimited és leányvállalatai – GSK House, 980 Great West Road, Brentford, TW89GS, Egyesült Királyság – használhatják.

(****) Engedélyezve 2013. szeptember 24-én, öt évig kizárólag a Mondelēz International group – Three Parkway North Deerfield, IL 60015, Egyesült Királyság – használhatja. ◄

►M7 (*****) Engedélyezve 2013. szeptember 24-én, öt évig kizárólag a Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgium számára.

(******) Engedélyezve 2015. április 21-én öt évig kizárólag a Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgium számára. ◄

►M8 (*******) Engedélyezve 2016. január 1-jén, öt évig kizárólag a BENEO-Orafti S.A., Rue L. Maréchal 1, B-4360 Oreye, Belgium számára. ◄

►M10 (********) Az élelmiszer energiaértéke 2016. július 21-től 2019. szeptember 14-ig nem lehet kevesebb 200 kcal-nál (840 kJ), de nem lépheti túl a 400 kcal-t (1 680 kJ).

(*********) Az élelmiszernek 2016. július 21-től 2019. szeptember 14-ig étkezésenként az alábbi táblázatban meghatározott vitaminokat és ásványi anyagokat a megadott mennyiségek legalább 30 %-ában kell tartalmaznia.

A-vitamin	(µg RE)	700
D-vitamin	(µg)	5
E-vitamin	(mg)	10
C-vitamin	(mg)	45
Tiamin	(mg)	1,1
Riboflavin	(mg)	1,6
Niacin	(mg-NE)	18
B-vitamin$_6$	(mg)	1,5
Folát	(µg)	200
B_{12}-vitamin	(µg)	1,4
Biotin	(µg)	15
Pantoténsav	(mg)	3
Kalcium	(mg)	700
Foszfor	(mg)	550
Vas	(mg)	16
Cink	(mg)	9,5
Réz	(mg)	1,1
Jód	(µg)	130
Szelén	(µg)	55
Nátrium	(mg)	575
Magnézium	(mg)	150
Mangán	(mg)	1

Az élelmiszer étkezésenkénti káliumtartalma 2016. július 21-től 2019. szeptember 14-ig nem lehet kevesebb 500 mg-nál. ◄

►M11 (**********) Ismétlési maximális terhelés az a súly vagy erő, amelyet a személy egyszeri emeléssel gyakorol, illetve kifejt. ◄