

Il presente testo è un semplice strumento di documentazione e non produce alcun effetto giuridico. Le istituzioni dell'Unione non assumono alcuna responsabilità per i suoi contenuti. Le versioni facenti fede degli atti pertinenti, compresi i loro preamboli, sono quelle pubblicate nella Gazzetta ufficiale dell'Unione europea e disponibili in EUR-Lex. Tali testi ufficiali sono direttamente accessibili attraverso i link inseriti nel presente documento

► **B** **REGOLAMENTO (UE) N. 432/2012 DELLA COMMISSIONE**
del 16 maggio 2012

relativo alla compilazione di un elenco di indicazioni sulla salute consentite sui prodotti alimentari, diverse da quelle facenti riferimento alla riduzione dei rischi di malattia e allo sviluppo e alla salute dei bambini

(Testo rilevante ai fini del SEE)

(GU L 136 del 25.5.2012, pag. 1)

Modificato da:

		Gazzetta ufficiale		
		n.	pag.	data
► <u>M1</u>	Regolamento (UE) n. 536/2013 della Commissione dell'11 giugno 2013	L 160	4	12.6.2013
► <u>M2</u>	Regolamento (UE) n. 851/2013 della Commissione del 3 settembre 2013	L 235	3	4.9.2013
► <u>M3</u>	Regolamento (UE) n. 1018/2013 della Commissione del 23 ottobre 2013	L 282	43	24.10.2013
► <u>M4</u>	Regolamento (UE) n. 40/2014 della Commissione del 17 gennaio 2014	L 14	8	18.1.2014
► <u>M5</u>	Regolamento (UE) n. 274/2014 della Commissione del 14 marzo 2014	L 83	1	20.3.2014
► <u>M6</u>	Regolamento (UE) 2015/7 della Commissione del 6 gennaio 2015	L 3	3	7.1.2015
► <u>M7</u>	Regolamento (UE) 2015/539 della Commissione del 31 marzo 2015	L 88	7	1.4.2015
► <u>M8</u>	Regolamento (UE) 2015/2314 della Commissione del 7 dicembre 2015	L 328	46	12.12.2015
► <u>M9</u>	Regolamento di esecuzione (UE) 2016/854 della Commissione del 30 maggio 2016	L 142	5	31.5.2016
► <u>M10</u>	Regolamento (UE) 2016/1413 della Commissione del 24 agosto 2016	L 230	8	25.8.2016
► <u>M11</u>	Regolamento di esecuzione (UE) 2017/672 della Commissione del 7 aprile 2017	L 97	24	8.4.2017
► <u>M12</u>	Regolamento di esecuzione (UE) 2017/676 della Commissione del 10 aprile 2017	L 98	1	11.4.2017
► <u>M13</u>	Regolamento (UE) 2017/1407 della Commissione del 1° agosto 2017	L 201	1	2.8.2017

Rettificato da:

- **C1** Rettifica, GU L 154 del 15.6.2012, pag. 25 (432/2012)

**REGOLAMENTO (UE) N. 432/2012 DELLA COMMISSIONE****del 16 maggio 2012****relativo alla compilazione di un elenco di indicazioni sulla salute consentite sui prodotti alimentari, diverse da quelle facenti riferimento alla riduzione dei rischi di malattia e allo sviluppo e alla salute dei bambini****(Testo rilevante ai fini del SEE)***Articolo 1***Indicazioni sulla salute consentite**

1. L'elenco delle indicazioni sulla salute di cui all'articolo 13, paragrafo 3, del regolamento (CE) n. 1924/2006, che possono essere fornite sui prodotti alimentari, figura nell'allegato del presente regolamento.
2. Le indicazioni sulla salute di cui al paragrafo 1 possono essere fornite sui prodotti alimentari conformemente alle condizioni precisate nell'allegato.

*Articolo 2***Entrata in vigore e applicazione**

Il presente regolamento entra in vigore il ventesimo giorno successivo alla pubblicazione nella *Gazzetta ufficiale dell'Unione europea*.

Esso si applica a decorrere dal 14 dicembre 2012.

Il presente regolamento è obbligatorio in tutti i suoi elementi e direttamente applicabile in ciascuno degli Stati membri.

ALLEGATO

ELENCO DELLE INDICAZIONI SULLA SALUTE CONSENTITE

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Acidi grassi monoinsaturi e/o polinsaturi	La sostituzione nella dieta dei grassi saturi con grassi insaturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue [gli acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi sono grassi insaturi]	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un alto contenuto di acidi grassi insaturi come specificato nell'indicazione «RICCO DI GRASSI INSATURI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(4):2069 2011;9(6):2203	621, 1190, 1203, 2906, 2910, 3065 674, 4335
Acido alfa-linolenico (ALA)	L'ALA contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ALA, come specificato nell'indicazione «FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di ALA.		2009; 7(9):1252 2011;9(6):2203	493, 568
Acido docosaesaenoico (DHA)	Il DHA contribuisce al mantenimento della normale funzione cerebrale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 40 mg di DHA per 100 g e per 100 kcal. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di DHA.		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
Acido docosaesaenoico (DHA)	Il DHA contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 40 mg di DHA per 100 g e per 100 kcal. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di DHA.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	627, 632, 743, 3149, 2905, 508, 510, 513, 519, 529, 540, 688, 4294

▼ **C1**

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
--	-------------	-----------------------------------	--	--------------------------	--

▼ **M1**

Acido docosaesaenoico (DHA)	Il DHA contribuisce al mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 2 g di DHA e che contiene DHA in combinazione con l'acido eicosapentaenoico (EPA). L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di DHA. Il consumatore va inoltre informato di non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA allorché l'indicazione è utilizzata per integratori alimentari e/o alimenti arricchiti.	L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.	2010;8(10):1734	533, 691, 3150
Acido docosaesaenoico e acido eicosapentaenoico (DHA/EPA)	Il DHA e l'EPA contribuiscono al mantenimento di una normale pressione sanguigna	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 3 g di EPA e di DHA. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di EPA e di DHA. Il consumatore va inoltre informato di non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA allorché l'indicazione è utilizzata per integratori alimentari e/o alimenti arricchiti.	L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	502, 506, 516, 703, 1317, 1324
Acido docosaesaenoico e acido eicosapentaenoico (DHA/EPA)	Il DHA e l'EPA contribuiscono al mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 2 g di EPA e di DHA. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di EPA e di DHA. Il consumatore va inoltre informato di non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA allorché l'indicazione è utilizzata per integratori alimentari e/o alimenti arricchiti.	L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	506, 517, 527, 538, 1317, 1324, 1325

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Acido eicosapentaenoico e acido docosaesaenoico (EPA/DHA)	L'EPA e il DHA contribuiscono alla normale funzione cardiaca	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di EPA e di DHA come specificato nell'indicazione «FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di EPA e di DHA.		2010;8(10):1796 2011;9(4):2078	504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360
Acido linoleico	L'acido linoleico contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che apporti almeno 1,5 g di acido linoleico (AL) per 100 g e per 100 kcal. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 10 g di AL.		2009; 7(9):1276 2011;9(6):2235	489, 2899
Acido oleico	La sostituzione nella dieta dei grassi saturi con grassi insaturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'acido oleico è un grasso insaturo.	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un alto contenuto di acidi grassi insaturi come specificato nell'indicazione «RICCO DI GRASSI INSATURI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(4):2043	673, 728, 729, 1302, 4334
Acido pantotenico	L'acido pantotenico contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1218	56, 59, 60, 64, 171, 172, 208
Acido pantotenico	L'acido pantotenico contribuisce alla normale sintesi e al normale metabolismo degli ormoni steroidei, della vitamina D e di alcuni neurotrasmettitori	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1218	181

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Acido pantotenico	L'acido pantotenico contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1758	63
Acido pantotenico	L'acido pantotenico contribuisce a prestazioni mentali normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1218 2010;8(10):1758	57, 58
Acqua	L'acqua contribuisce al mantenimento di funzioni cognitive e fisiche normali	L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 2,0 l di acqua sotto qualunque forma.	L'indicazione può essere utilizzata solo per le acque che ottemperano alle prescrizioni di cui alle direttive 2009/54/CE e/o 98/83/CE.	2011;9(4):2075	1102, 1209, 1294, 1331
Acqua	L'acqua contribuisce al mantenimento della normale regolazione della temperatura corporea	L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 2,0 l di acqua sotto qualunque forma.	L'indicazione può essere utilizzata solo per le acque che ottemperano alle prescrizioni di cui alle direttive 2009/54/CE e/o 98/83/CE.	2011;9(4):2075	1208
ALFA-ciclodestrina	Il consumo di alfa-ciclodestrina nell'ambito di un pasto contenente amidi contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 5 g di alfa-ciclodestrina per 50 g di amido in una porzione quantificata nell'ambito del pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con il consumo di alfa-ciclodestrina nell'ambito del pasto.		2012;10(6):2713	2926

▼ M1

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Alimenti a basso o a ridotto contenuto di acidi grassi saturi	La riduzione dell'assunzione di grassi saturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento a basso contenuto di acidi grassi saturi come specificato nell'indicazione «A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI» o con un ridotto contenuto di acidi grassi saturi come specificato nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(4):2062	620, 671, 4332
Alimenti a basso o a ridotto contenuto di sodio	La riduzione del consumo di sodio contribuisce al mantenimento di una normale pressione sanguigna	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento a basso contenuto di sodio/sale come specificato nell'indicazione «A BASSO CONTENUTO DI SODIO/SALE» o con un ridotto contenuto di sodio/sale come specificato nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(6):2237	336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420
Amido lentamente digeribile	Il consumo di prodotti ad alto contenuto di amido lentamente digeribile (SDS — <i>slowly digestible starch</i>) determina un aumento della concentrazione di glucosio nel sangue dopo i pasti inferiore rispetto a quella dei prodotti a basso contenuto di amido lentamente digeribile (****).	L'indicazione può essere usata solo sugli alimenti alimentari nei quali i carboidrati digeribili forniscono almeno il 60 % dell'energia totale e nei quali almeno il 55 % di tali carboidrati è costituito da amido digeribile, costituito a sua volta da almeno il 40 % di amido lentamente digeribile.	—	2011;9(7):2292	—
Amido resistente	La sostituzione di amidi digeribili con amido resistente in un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale	Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento in cui l'amido digeribile è stato sostituito con amido resistente in modo da ottenere un contenuto finale di amido resistente pari almeno al 14 % dell'amido totale.		2011;9(4):2024	681

▼ C1

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Arabinosilano prodotto dall'endosperma del frumento	L'assunzione di arabinosilano nell'ambito di un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento di glucosio ematico post-prandiale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 8 g di fibre ricche di arabinosilano (AX) prodotto dall'endosperma del frumento (almeno il 60 % di AX in termini di peso) per 100 g di carboidrati disponibili in una porzione quantificata nell'ambito del pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di fibre ricche di arabinosilano (AX) prodotto dall'endosperma del frumento nell'ambito del pasto.		2011;9(6):2205	830
Beta-glucani	I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 1 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo o crusca d'orzo o da miscele di tali fonti per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo o crusca d'orzo o da miscele di tali beta-glucani.		2009; 7(9):1254 2011;9(6):2207	754, 755, 757, 801, 1465, 2934 1236, 1299
Beta-glucani da orzo e avena	L'assunzione di beta-glucani da orzo o avena nell'ambito di un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 4 g di beta-glucani da orzo o avena per ogni 30 g di carboidrati disponibili in una porzione quantificata nell'ambito del pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di beta-glucani da orzo o avena nell'ambito del pasto.		2011;9(6):2207	821, 824
Betaina	La betaina contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 500 mg di betaina per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 1,5 g di betaina.	L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che un'assunzione quotidiana superiore a 4 g può comportare un notevole aumento dei livelli di colesterolo nel sangue.	2011;9(4):2052	4325

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
--	-------------	-----------------------------------	--	--------------------------	--

▼ M2

Bevanda analcolica acida riformulata con le seguenti caratteristiche: — meno di 1 g di carboidrati fermentabili ogni 100 ml (di zuccheri e altri carboidrati esclusi i polioli), — tra 0,3 e 0,8 moli di calcio per mole di acidificante, — pH compreso fra 3,7 e 4,0.	La sostituzione delle bevande acide contenenti zucchero, come le bevande analcoliche (con un tenore di zuccheri pari, di norma, a 8-12 g/100 ml), con bevande riformulate contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti (***)	Per poter recare l'indicazione sulla salute, le bevande acide riformulate devono essere conformi alla descrizione del prodotto alimentare oggetto dell'indicazione.	—	2010;8(12):1884	—
---	---	---	---	-----------------	---

▼ C1

Biotina	La biotina contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	114, 117
Biotina	La biotina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	116
Biotina	La biotina contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	113, 114, 117, 4661
Biotina	La biotina contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1728	120

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Biotina	La biotina contribuisce al mantenimento di capelli normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	118, 121, 2876
Biotina	La biotina contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	115
Biotina	La biotina contribuisce al mantenimento di una pelle normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	115, 121
Calcio	Il calcio contribuisce alla normale coagulazione del sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	230, 236
Calcio	Il calcio contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	234

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Calcio	Il calcio contribuisce alla normale funzione muscolare	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	226, 230, 235
Calcio	Il calcio contribuisce alla normale neurotrasmissione	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	227, 230, 235
Calcio	Il calcio contribuisce alla normale funzione degli enzimi digestivi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	355
Calcio	Il calcio interviene nel processo di divisione e di specializzazione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1725	237
Calcio	Il calcio è necessario per il mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		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

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Calcio	Il calcio è necessario per il mantenimento di denti normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1210 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 231, 2731, 3099,3155, 4311, 4312, 4703 4704
Carboidrati	I carboidrati contribuiscono al mantenimento della normale funzione cerebrale	L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 130 g di carboidrati da tutte le fonti. Questa indicazione può essere impiegata per alimenti che contengono almeno 20 g di carboidrati metabolizzati dall'organismo umano, esclusi i polioli, per porzione quantificata e che sono conformi all'indicazione nutrizionale «A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI» o «SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.	L'indicazione non va utilizzata per alimenti composti esclusivamente da zuccheri.	2011;9(6):2226	603,653
Carboidrati	I carboidrati contribuiscono al recupero della normale funzione muscolare (contrazione) dopo un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici.	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce carboidrati metabolizzati dall'organismo umano (polioli esclusi). Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene mediante il consumo di carboidrati da tutte le fonti pari complessivamente a 4 g per kg di peso corporeo, con un'assunzione in dosi da iniziare entro le prime 4 ore successive a un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici e da concludere comunque entro le 6 ore successive a tale esercizio.	L'indicazione può essere impiegata solo per alimenti destinati ad adulti che abbiano svolto un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici.	2013;11(10):3409	
Carboidrati non digeribili	L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome di tutti i carboidrati non digeribili utilizzati> anziché zuccheri induce un minore aumento del glucosio ematico dopo la loro assunzione rispetto agli alimenti/bevande contenenti zucchero.	L'indicazione è consentita solo se gli zuccheri sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande con carboidrati non digeribili, che sono carboidrati che non vengono né digeriti né assorbiti nell'intestino tenue, in modo tale che il contenuto di zuccheri in tali alimenti o bevande sia ridotto almeno nella misura specificata nell'indicazione A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA] di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2014;12(1):3513 2014;12(10):3838 2014;12(10):3839	

▼ M9

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Carboidrati non fermentabili	L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome di tutti i carboidrati non fermentabili utilizzati> anziché carboidrati fermentabili contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti.	L'indicazione è consentita solo se i carboidrati fermentabili ^(1**) sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande con carboidrati non fermentabili ^(2***) in quantità tali che il consumo di tali alimenti o bevande non riduca il pH della placca a un valore inferiore a 5,7 nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione. ^(1**) Si definiscono carboidrati fermentabili tutti quei carboidrati o miscele di carboidrati consumati negli alimenti o nelle bevande che riducono il pH della placca a un valore inferiore a 5,7, così come determinato in vivo o in situ da test telemetrici del pH della placca, a causa di fermentazione batterica nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione. ^(2***) Si definiscono carboidrati non fermentabili tutti quei carboidrati o miscele di carboidrati consumati negli alimenti o nelle bevande che non riducono il pH della placca a un valore conservativo inferiore a 5,7, così come determinato in vivo o in situ da test telemetrici del pH della placca, a causa di fermentazione batterica nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione.		2013;11(7):3329	
Carbone attivo	Il carbone attivo contribuisce alla riduzione dell'eccessiva flatulenza post-prandiale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 1 g di carbone attivo per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 1 g almeno 30 minuti prima del pasto e di 1 g subito dopo il pasto.		2011;9(4):2049	1938
Carne o pesce	Se consumati con altri alimenti contenenti ferro, la carne o il pesce contribuiscono al miglioramento dell'assorbimento del ferro	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 50 g di carne o di pesce in una singola porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 50 g di carne o di pesce con uno o più alimenti contenenti ferro non emico.		2011;9(4):2040	1223

▼ C1

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Cellulosa metilica propilica idrossilata (HPMC)	L'assunzione di cellulosa metilica propilica idrossilata durante il pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 4 g di HPMC per porzione quantificata nell'ambito di un pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 4 g di HPMC nell'ambito di un pasto.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2010;8(10):1739	814
Cellulosa metilica propilica idrossilata (HPMC)	La cellulosa metilica propilica idrossilata contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 5 g di HPMC. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 5 g di HPMC.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2010;8(10):1739	815
Chitosano	Il chitosano contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 3 g di chitosano. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di chitosano.		2011;9(6):2214	4663

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Cloruro	Il cloruro contribuisce alla normale digestione mediante la produzione di acido cloridrico nello stomaco	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di cloruro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.	L'indicazione non può essere impiegata per il cloruro ottenuto a partire da cloruro di sodio	2010;8(10):1764	326
Colina	La colina contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 82,5 mg di colina per 100 g o 100 ml o per singola porzione di alimento.		2011;9(4):2056	3090
Colina	La colina contribuisce al normale metabolismo dei lipidi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 82,5 mg di colina per 100 g o 100 ml o per singola porzione di alimento.		2011;9(4):2056	3186
Colina	La colina contribuisce al mantenimento della normale funzione epatica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 82,5 mg di colina per 100 g o 100 ml o per singola porzione di alimento.		2011;9(4):2056 2011;9(6):2203	1501 712, 1633
Creatina	La creatina incrementa le prestazioni fisiche in caso di attività ripetitive, di elevata intensità e di breve durata	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 3 g di creatina. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di creatina.	L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti destinati a adulti che praticano un esercizio fisico intenso	2011;9(7):2303	739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924
Creatina	Il consumo quotidiano di creatina può rafforzare l'effetto dell'allenamento con resistenza sulla forza muscolare negli adulti di età superiore ai 55 anni	Il consumatore va informato che: — l'indicazione è destinata ad adulti di età superiore ai 55 anni che praticano regolarmente un allenamento con resistenza; — l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione quotidiana di 3 g di creatina abbinata a un allenamento con resistenza che permetta un incremento del carico nel tempo e che dovrebbe essere svolto almeno tre volte alla settimana per diverse settimane, con un'intensità almeno pari al 65-75 % del carico massimale di ripetizione (*****).	L'indicazione può essere usata solo per alimenti destinati ad adulti di età superiore ai 55 anni che praticano regolarmente un allenamento di resistenza.	2016;14(2):4400	

▼ M11

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Cromo	Il cromo contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di cromo trivalente come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1732	260, 401, 4665, 4666, 4667
Cromo	Il cromo contribuisce al mantenimento di livelli normali di glucosio nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di cromo trivalente come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1732 2011;9(6):2203	262, 4667 4698
Fermenti vivi nello yogurt	Nei soggetti che maldigeriscono il lattosio, i fermenti vivi nello yogurt o nel latte fermentato migliorano la digestione del lattosio contenuto nel prodotto	Per poter recare l'indicazione, lo yogurt o il latte fermentato devono contenere almeno 10 ⁸ di microrganismi vivi e starter (unità formanti colonia) (<i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> e <i>Streptococcus thermophilus</i>) per grammo.		2010;8(10):1763	1143, 2976
Ferro	Il ferro contribuisce alla normale funzione cognitiva	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	253
Ferro	Il ferro contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	251, 1589, 255
Ferro	Il ferro contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi e dell'emoglobina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	249, 1589, 374, 2889

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Ferro	Il ferro contribuisce al normale trasporto di ossigeno nell'organismo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	250, 254, 256, 255
Ferro	Il ferro contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	252, 259
Ferro	Il ferro contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1740	255, 374, 2889
Ferro	Il ferro interviene nel processo di divisione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	368
Fibra di avena	La fibra di avena contribuisce all'aumento della massa fecale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(6):2249	822
▼ <u>M4</u>	Fibra di barbabietola da zucchero	La fibra di barbabietola da zucchero contribuisce all'aumento della massa fecale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.	2011; 9(12):2468	
▼ <u>C1</u>	Fibra di frumento	La fibra di frumento contribuisce all'accelerazione del transito intestinale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 10 g di fibre di frumento.	2010;8(10):1817	828, 839, 3067, 4699

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Fibra di frumento	La fibra di frumento contribuisce all'aumento della massa fecale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1817	3066
Fibra di orzo	La fibra di orzo contribuisce all'aumento della massa fecale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(6):2249	819
Fibra di segale	La fibra di segale contribuisce alla normale funzione intestinale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2011;9(6):2258	825
▼ <u>M7</u> Flavanoli del cacao	I flavanoli del cacao aiutano a mantenere l'elasticità dei vasi sanguigni, la quale contribuisce a un normale flusso sanguigno (*****) (*****).	Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 200 mg di flavanoli del cacao. L'indicazione può essere usata solo per bevande al cacao (con cacao in polvere) o per cioccolato fondente che forniscano un apporto giornaliero di almeno 200 mg di flavanoli del cacao con un grado di polimerizzazione compreso tra 1 e 10 (*****). L'indicazione può essere usata solo per capsule o compresse contenenti estratto di cacao ad alto contenuto di flavanoli che forniscano un apporto giornaliero di almeno 200 mg di flavanoli del cacao con un grado di polimerizzazione compreso tra 1 e 10 (*****).	—	2012;10(7):2809 (*****) 2014;12(5):3654 (*****)	—
▼ <u>C1</u> Fluoruro	Il fluoruro contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fluoruro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1212 2010;8(10):1797	275, 276, 338, 4238,
Folato	Il folato contribuisce alla crescita dei tessuti materni in gravidanza	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	2882

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Folato	Il folato contribuisce alla normale sintesi degli amminoacidi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1760	195, 2881
Folato	Il folato contribuisce alla normale emopoiesi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	79
Folato	Il folato contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	80
Folato	Il folato contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1760	81, 85, 86, 88
Folato	Il folato contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	91
Folato	Il folato contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1760	84

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Folato	Il folato interviene nel processo di divisione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1213 2010;8(10):1760	193, 195, 2881
Fosforo	Il fosforo contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	329, 373
Fosforo	Il fosforo contribuisce alla normale funzione delle membrane cellulari	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	328
Fosforo	Il fosforo contribuisce al mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	324, 327
Fosforo	Il fosforo contribuisce al mantenimento di denti normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	324, 327

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
▼ <u>M1</u> Fruttosio	Il consumo di alimenti contenenti fruttosio determina un minore aumento del glucosio ematico rispetto agli alimenti contenenti saccarosio o glucosio	L'indicazione è consentita solo se il glucosio e/o il saccarosio sono sostituiti con fruttosio nelle bevande o negli alimenti zuccherati in modo tale che la riduzione di glucosio e/o di saccarosio in detti alimenti o bevande sia almeno del 30 %.		2011;9(6):2223	558
▼ <u>C1</u> Glucomannano (konjac del mannano)	Il glucomannano contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 4 g di glucomannano. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 4 g di glucomannano.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2009; 7(9):1258 2010;8(10):1798	836, 1560, 3100, 3217
Glucomannano (konjac del mannano)	Nel contesto di una dieta ipocalorica il glucomannano contribuisce alla perdita di peso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 1 g di glucomannano per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di glucomannano in tre dosi da 1 g ciascuna, con 1-2 bicchieri d'acqua, prima dei pasti e nel contesto di una dieta ipocalorica.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2010;8(10):1798	854, 1556, 3725,

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Gomma da masticare senza zucchero	La gomma da masticare senza zucchero contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti	Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene masticando la gomma per almeno 20 minuti dopo l'assunzione di un cibo o di una bevanda.		2009; 7(9):1271 2011;9(4):2072 2011;9(6):2266	1151, 1154 486, 562, 1181
Gomma da masticare senza zucchero	La gomma da masticare senza zucchero contribuisce alla neutralizzazione degli acidi della placca	Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene masticando la gomma per almeno 20 minuti dopo l'assunzione di un cibo o di una bevanda.		2009; 7(9):1271 2011;6(6):2266	1150 485
Gomma da masticare senza zucchero	La gomma da masticare senza zucchero contribuisce alla riduzione della secchezza orale	Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene masticando la gomma ogniqualvolta si avverte la sensazione di bocca secca.		2009; 7(9):1271	1240
Gomma da masticare senza zucchero con carbammide	La gomma da masticare senza zucchero con carbammide neutralizza gli acidi della placca in maniera più efficace rispetto alla gomma da masticare senza zucchero senza carbammide	Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Per poter recare l'indicazione ogni tavoletta di gomma da masticare senza zucchero deve contenere almeno 20 mg di carbammide. Il consumatore va informato che la gomma va masticata per almeno 20 minuti dopo l'assunzione di un cibo o di una bevanda.		2011;9(4):2071	1153

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Gomma di guar	La gomma di guar contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 10 g di gomma di guar. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 10 g di gomma di guar.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Vainoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2010;8(2):1464	808
▼ <u>M8</u> Inulina estratta da cicoria	L'inulina da cicoria contribuisce alle normali funzioni intestinali grazie a un aumento della frequenza di evacuazione (*****)	Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione quotidiana di 12 g di inulina da cicoria. L'indicazione può essere usata solo per alimenti che forniscano un apporto giornaliero di almeno 12 g di inulina estratta da cicoria, una miscela non frazionata di monosaccaridi (< 10 %), disaccaridi, fruttani di tipo inulinico e inulina estratti dalla cicoria con un grado di polimerizzazione medio ≥ 9 .		2015;13(1):3951	
▼ <u>C1</u> Iodio	Lo iodio contribuisce alla normale funzione cognitiva	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273
Iodio	Lo iodio contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 402
Iodio	Lo iodio contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Iodio	Lo iodio contribuisce al mantenimento di una pelle normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1214	370
Iodio	Lo iodio contribuisce alla normale produzione di ormoni della tiroide e alla normale funzione tiroidea	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 1237
Lattasi	La lattasi migliora la digestione del lattosio nei soggetti che maldigeriscono il lattosio	Questa indicazione può essere impiegata solo per gli integratori alimentari con una dose minima di 4 500 unità di FCC (Food Chemicals Codex), con l'avvertenza per il consumatore della necessità dell'assunzione a ogni pasto contenente lattosio.	I consumatori vanno inoltre avvertiti che la tolleranza al lattosio è variabile e che è opportuno chiedere consiglio circa il ruolo di tale sostanza nella propria dieta.	2009; 7(9):1236 2011;9(6):2203	1697, 1818 1974
▼ <u>M12</u>	Lattitolo	Il lattitolo contribuisce alle normali funzioni intestinali grazie a un aumento della frequenza di evacuazione	Questa indicazione può essere impiegata solo per integratori alimentari che contengono 10 g di lattitolo in una singola porzione giornaliera quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 10 g di lattitolo in un'unica dose giornaliera.	L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.	2015;13(10):4252
▼ <u>C1</u>	Lattulosio	Il lattulosio contribuisce all'accelerazione del transito intestinale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 10 g di lattulosio in una singola porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con una dose di 10 g di lattulosio al giorno.		2010;8(10):1806
	Magnesio	Il magnesio contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1807
	Magnesio	Il magnesio contribuisce all'equilibrio elettrolitico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Magnesio	Il magnesio contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	240, 247, 248
Magnesio	Il magnesio contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	242
Magnesio	Il magnesio contribuisce alla normale funzione muscolare	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216 2010;8(10):1807	241, 380, 3083
Magnesio	Il magnesio contribuisce alla normale sintesi proteica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	364
Magnesio	Il magnesio contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1807	245, 246
Magnesio	Il magnesio contribuisce al mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	239
Magnesio	Il magnesio contribuisce al mantenimento di denti normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	239

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Magnesio	Il magnesio interviene nel processo di divisione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	365
Manganese	Il manganese contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1217 2010;8(10):1808	311, 405
Manganese	Il manganese contribuisce al mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1217	310
Manganese	Il manganese contribuisce alla normale formazione di tessuti connettivi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1808	404
Manganese	Il manganese contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1217	309
Melatonina	La melatonina contribuisce ad alleviare gli effetti del jet lag	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 0,5 mg di melatonina per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione, poco prima di coricarsi, di un minimo di 0,5 mg il primo giorno di viaggio e per alcuni giorni dopo l'arrivo a destinazione.		2010; 8(2):1467	1953

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Melatonina	La melatonina contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 1 mg di melatonina per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione, poco prima di coricarsi, di 1 mg di melatonina.		2011;9(6):2241	1698, 1780, 4080
Molibdeno	Il molibdeno contribuisce al normale metabolismo degli amminoacidi solforati	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di molibdeno come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1745	313
Monascus purpureus (riso rosso)	La monacolina K del riso rosso contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 10 mg di monacolina K del riso rosso. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 10 mg di monacolina K da preparazioni di riso rosso fermentato.		2011;9(7):2304	1648, 1700
Niacina	La niacina contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	43, 49, 54, 51
Niacina	La niacina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1224	44, 53
Niacina	La niacina contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1757	55

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Niacina	La niacina contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1224	45, 52, 4700
Niacina	La niacina contribuisce al mantenimento di una pelle normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	45, 48, 50, 52, 4700
Niacina	La niacina contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1757	47
Noci	Le noci contribuiscono al miglioramento dell'elasticità dei vasi sanguigni	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 30 g di noci. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 30 g di noci.		2011;9(4):2074	1155, 1157
Pectine	Le pectine contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 6 g di pectine. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 6 g di pectine.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2010;8(10):1747	818, 4236

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Pectine	L'assunzione di pectine durante il pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 10 g di pectine per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 10 g di pectine nell'ambito di un pasto.	Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua.	2010;8(10):1747	786
Polifenoli dell'olio di oliva	I polifenoli dell'olio di oliva contribuiscono alla protezione dei lipidi ematici dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per l'olio d'oliva che contiene almeno 5 mg di idrossitirosolo e suoi derivati (ad esempio, complesso oleuropeina e tirosolo) per 20 g di olio d'oliva. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 20 g di olio d'oliva.		2011;9(4):2033	1333, 1638, 1639, 1696, 2865
Potassio	Il potassio contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di potassio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	386
Potassio	Il potassio contribuisce alla normale funzione muscolare	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di potassio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	320
Potassio	Il potassio contribuisce al mantenimento di una normale pressione sanguigna	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di potassio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	321

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Proteine	Le proteine contribuiscono alla crescita della massa muscolare	Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di proteine come specificato nell'indicazione «FONTE DI PROTEINE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Proteine	Le proteine contribuiscono al mantenimento della massa muscolare	Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di proteine come specificato nell'indicazione «FONTE DI PROTEINE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Proteine	Le proteine contribuiscono al mantenimento di ossa normali	Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di proteine come specificato nell'indicazione «FONTE DI PROTEINE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	416 4704
▼ <u>M1</u>					
Prugne secche (frutti di <i>Prunus domestica</i> L.)	Le prugne secche contribuiscono al mantenimento delle normali funzioni intestinali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 100 g di prugne secche. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 100 g di prugne secche.		2012;10(6):2712	1164
▼ <u>C1</u>					
Rame	Il rame contribuisce al mantenimento di tessuti connettivi normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	265, 271, 1722

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Rame	Il rame contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	266, 1729
Rame	Il rame contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	267, 1723
Rame	Il rame contribuisce alla normale pigmentazione dei capelli	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Rame	Il rame contribuisce al normale trasporto di ferro nell'organismo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	269, 270, 1727
Rame	Il rame contribuisce alla normale pigmentazione della pelle	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	268, 1724

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Rame	Il rame contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	264, 1725
Rame	Il rame contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	263, 1726
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	29, 35, 36, 42
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	213
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al mantenimento di globuli rossi normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	40
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al mantenimento di una pelle normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31, 33
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	39
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce al normale metabolismo del ferro	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	30, 37
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	207
Riboflavina (vitamina B2)	La riboflavina contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1814	41

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Selenio	Il selenio contribuisce alla normale spermatogenesi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1220	396
Selenio	Il selenio contribuisce al mantenimento di capelli normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Selenio	Il selenio contribuisce al mantenimento di unghie normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Selenio	Il selenio contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	278, 1750
Selenio	Il selenio contribuisce alla normale funzione tiroidea	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1727 2009; 7(9):1220	279, 282, 286, 410, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Selenio	Il selenio contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751, 410, 1292
Soluzioni di carboidrati-elettroliti	Le soluzioni di carboidrati-elettroliti contribuiscono al mantenimento di prestazioni di resistenza durante l'esercizio fisico prolungato	Per poter recare l'indicazione, le soluzioni di carboidrati-elettroliti devono contenere 80-350 kcal/L da carboidrati e almeno il 75 % dell'energia deve essere fornito da carboidrati capaci di indurre un'elevata risposta glicemica, quali glucosio, polimeri di glucosio e saccarosio. Inoltre le bevande devono contenere tra 20 mmol/L (460 mg/L) e 50 mmol/L (1 150 mg/L) di sodio e devono avere un'osmolarità compresa tra 200 e 330 mOsm/kg di acqua.		2011;9(6):2211	466, 469
Soluzioni di carboidrati-elettroliti	Le soluzioni di carboidrati-elettroliti aumentano l'assorbimento di acqua durante l'esercizio fisico	Per poter recare l'indicazione, le soluzioni di carboidrati-elettroliti devono contenere 80-350 kcal/L da carboidrati e almeno il 75 % dell'energia deve essere fornito da carboidrati capaci di indurre un'elevata risposta glicemica, quali glucosio, polimeri di glucosio e saccarosio. Inoltre le bevande devono contenere tra 20 mmol/L (460 mg/L) e 50 mmol/L (1 150 mg/L) di sodio e devono avere un'osmolarità compresa tra 200 e 330 mOsm/kg di acqua.		2011;9(6):2211	314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi, xilitolo, sorbitolo, mannitolo, maltitolo, lactitolo, isomalto, eritritolo, sucralosio e polidestrosio; D-tagatosio e isomaltulosio	L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome del sostituto dello zucchero> anziché zucchero (**), contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti	L'indicazione è consentita solo se gli zuccheri sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande (che riducono il pH della placca a un valore inferiore a 5,7) con sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi, xilitolo, sorbitolo, mannitolo, maltitolo, lactitolo, isomalto, eritritolo, D-tagatosio, isomaltulosio, sucralosio o polidestrosio, o una loro combinazione, in quantità tali che il consumo di tali alimenti o bevande non riduca il pH della placca a un valore inferiore a 5,7 nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300 1134, 1167, 1283
Sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi; xilitolo, sorbitolo, mannitolo, maltitolo, lactitolo, isomalto, eritritolo, sucralosio e polidestrosio; D-tagatosio e isomaltulosio	L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome del sostituto dello zucchero> anziché zucchero (*) induce un minore aumento del glucosio ematico dopo la loro assunzione rispetto agli alimenti/bevande contenenti zucchero	L'indicazione è consentita solo se gli zuccheri sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande con sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi, xilitolo, sorbitolo, mannitolo, maltitolo, lactitolo, isomalto, eritritolo, sucralosio o polidestrosio, o una loro combinazione, in modo tale che il contenuto di zuccheri in tali alimenti o bevande sia ridotto almeno nella misura specificata nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Nel caso del D-tagatosio e dell'isomaltulosio, essi devono sostituire quantità equivalenti di altri zuccheri nella stessa proporzione specificata nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920 4298

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
--	-------------	-----------------------------------	--	--------------------------	--

▼ M10

Sostituto di un pasto per il controllo del peso	La sostituzione di un pasto giornaliero principale di una dieta ipocalorica con un sostituto di un pasto contribuisce al mantenimento di peso dopo la perdita di peso	<p>Per poter recare l'indicazione, un alimento deve soddisfare le seguenti condizioni:</p> <p>1. Valore energetico</p> <p>Il valore energetico non è inferiore a 200 kcal (840 KJ) e non è superiore a 250 kcal (1 046 KJ) per pasto (*****).</p> <p>2. Tenore di grassi e composizione</p> <p>L'energia derivata dai grassi non deve superare il 30 % del valore energetico totale disponibile del prodotto.</p> <p>L'acido linoleico (sotto forma di gliceridi) non deve essere inferiore a 1 g.</p> <p>3. Tenore di proteine e composizione</p> <p>Le proteine contenute nell'alimento devono fornire non meno del 25 % e non più del 50 % del valore energetico totale del prodotto.</p> <p>L'indice chimico delle proteine deve essere uguale a quello fissato dall'Organizzazione mondiale della sanità in «Energy and protein requirements». Relazione di una riunione congiunta OMS/FAO/UNU. Ginevra, Organizzazione mondiale della sanità, 1985 (serie di relazioni tecniche dell'OMS, n. 724):</p>	<p>Per poter utilizzare l'indicazione sulla salute è indispensabile informare i consumatori sull'importanza di mantenere giornalmente un adeguato apporto di liquidi e sul fatto che i prodotti sono utili per l'uso previsto solo nell'ambito di una dieta ipocalorica che deve necessariamente comprendere altri alimenti.</p> <p>Per poter ottenere l'effetto indicato, è necessario sostituire ogni giorno un pasto principale con un sostituto di un pasto.</p>	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1418
---	---	---	--	--------------------------------------	------

▼ **M10**

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA																		
		<p><i>Schema del fabbisogno di amminoacidi (g/100 g di proteine)</i></p> <table border="1" data-bbox="712 416 1276 916"> <tr> <td>Cistina + metionina</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>Istidina</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Isoleucina</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>Leucina</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Lisina</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Fenilalanina + tirosina</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Treonina</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>Triptofano</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>Valina</td> <td>1,3</td> </tr> </table> <p>L'«indice chimico» indica il rapporto più basso tra la quantità di ciascun amminoacido essenziale della proteina in prova e la quantità di ciascun amminoacido corrispondente della proteina di riferimento.</p> <p>Se l'indice chimico è inferiore al 100 % della proteina di riferimento, i livelli proteici minimi devono essere aumentati di conseguenza. In ogni caso, l'indice chimico della proteina deve essere almeno uguale all'80 % di quello della proteina di riferimento.</p> <p>L'aggiunta di amminoacidi è comunque permessa soltanto allo scopo di migliorare il valore nutrizionale delle proteine e unicamente nelle proporzioni a tal fine necessarie.</p>	Cistina + metionina	1,7	Istidina	1,6	Isoleucina	1,3	Leucina	1,9	Lisina	1,6	Fenilalanina + tirosina	1,9	Treonina	0,9	Triptofano	0,5	Valina	1,3			
Cistina + metionina	1,7																						
Istidina	1,6																						
Isoleucina	1,3																						
Leucina	1,9																						
Lisina	1,6																						
Fenilalanina + tirosina	1,9																						
Treonina	0,9																						
Triptofano	0,5																						
Valina	1,3																						

▼ **M10**

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
		<p>4. Vitamine e sali minerali</p> <p>L'alimento deve fornire per pasto almeno il 30 % dei valori nutritivi di riferimento di vitamine e sali minerali di cui all'allegato XIII del regolamento (UE) n. 1169/2011. Questa condizione non si applica a fluoro, cromo, cloruro e molibdeno. Il quantitativo di sodio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 172,5 mg. Il quantitativo di potassio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 500 mg (*****).</p>			
Sostituto di un pasto per il controllo del peso	La sostituzione di due pasti giornalieri principali di una dieta ipocalorica con sostituti di un pasto contribuisce alla perdita di peso	<p>Per poter recare l'indicazione, un alimento deve soddisfare le seguenti condizioni:</p> <p>1. Valore energetico</p> <p>Il valore energetico non è inferiore a 200 kcal (840 KJ) e non è superiore a 250 kcal (1 046 KJ) per pasto (*****).</p> <p>2. Tenore di grassi e composizione</p> <p>L'energia derivata dai grassi non deve superare il 30 % del valore energetico totale disponibile del prodotto.</p> <p>L'acido linoleico (sotto forma di gliceridi) non deve essere inferiore a 1 g.</p> <p>3. Tenore di proteine e composizione</p> <p>Le proteine contenute nell'alimento devono fornire non meno del 25 % e non più del 50 % del valore energetico totale del prodotto.</p> <p>L'indice chimico delle proteine deve essere uguale a quello fissato dall'Organizzazione mondiale della sanità in «Energy and protein requirements». Relazione di una riunione congiunta OMS/FAO/UNU. Ginevra, Organizzazione mondiale della sanità, 1985 (serie di relazioni tecniche dell'OMS, n. 724):</p>	<p>Per poter utilizzare l'indicazione sulla salute è indispensabile informare i consumatori sull'importanza di mantenere giornalmente un adeguato apporto di liquidi e sul fatto che i prodotti sono utili per l'uso previsto soltanto nell'ambito di una dieta ipocalorica che deve necessariamente comprendere altri alimenti.</p> <p>Per poter ottenere l'effetto indicato, è necessario sostituire ogni giorno due pasti principali con sostituti di un pasto.</p>	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1417

▼ **M10**

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA																		
		<p><i>Schema del fabbisogno di amminoacidi (g/100 g di proteine)</i></p> <table border="1" data-bbox="712 453 1276 954"> <tbody> <tr> <td>Cistina + metionina</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>Istidina</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Isoleucina</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>Leucina</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Lisina</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Fenilalanina + tirosina</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Treonina</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>Triptofano</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>Valina</td> <td>1,3</td> </tr> </tbody> </table> <p>L'«indice chimico» indica il rapporto più basso tra la quantità di ciascun amminoacido essenziale della proteina in prova e la quantità di ciascun amminoacido corrispondente della proteina di riferimento.</p> <p>Se l'indice chimico è inferiore al 100 % della proteina di riferimento, i livelli proteici minimi devono essere aumentati di conseguenza. In ogni caso, l'indice chimico della proteina deve essere almeno uguale all'80 % di quello della proteina di riferimento.</p> <p>L'aggiunta di amminoacidi è comunque permessa soltanto allo scopo di migliorare il valore nutrizionale delle proteine e unicamente nelle proporzioni a tal fine necessarie.</p>	Cistina + metionina	1,7	Istidina	1,6	Isoleucina	1,3	Leucina	1,9	Lisina	1,6	Fenilalanina + tirosina	1,9	Treonina	0,9	Triptofano	0,5	Valina	1,3			
Cistina + metionina	1,7																						
Istidina	1,6																						
Isoleucina	1,3																						
Leucina	1,9																						
Lisina	1,6																						
Fenilalanina + tirosina	1,9																						
Treonina	0,9																						
Triptofano	0,5																						
Valina	1,3																						

▼ **M10**

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
		<p>4. Vitamine e sali minerali</p> <p>L'alimento deve fornire per pasto almeno il 30 % dei valori nutritivi di riferimento di vitamine e minerali di cui all'allegato XIII del regolamento (UE) n. 1169/2011. Questa condizione non si applica a fluoro, cromo, cloruro e molibdeno. Il quantitativo di sodio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 172,5 mg. Il quantitativo di potassio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 500 mg (*****).</p>			

▼ **C1**

Steroli e stanoli vegetali	Gli steroli/stanoli vegetali contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue	L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 0,8 g di steroli/stanoli vegetali.		2010;8(10):1813 2011;9(6):2203	549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140 568
Tiamina	La tiamina contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	21, 24, 28
Tiamina	La tiamina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	22, 27
Tiamina	La tiamina contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1755	205

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Tiamina	La tiamina contribuisce alla normale funzione cardiaca	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	20
Vitamina A	La vitamina A contribuisce al normale metabolismo del ferro	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1221	206
Vitamina A	La vitamina A contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 4702
Vitamina A	La vitamina A contribuisce al mantenimento di una pelle normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 17, 4660, 4702
Vitamina A	La vitamina A contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	16, 4239, 4701

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina A	La vitamina A contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1222 2011;9(4):2021	14, 200, 1462
Vitamina A	La vitamina A interviene nel processo di specializzazione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1221	14
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce alla normale sintesi della cisteina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1759	4283
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1759	75, 214
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	66

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1759	73, 76, 199
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce al normale metabolismo delle proteine e del glicogeno	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	65, 70, 71
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1759	77
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	67, 72, 186
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	68
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1759	78

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina B6	La vitamina B6 contribuisce alla regolazione dell'attività ormonale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	69
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	99, 190
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):4114	96, 103, 106
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	92, 101

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	107
Vitamina B12	La vitamina B12 contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):4114	108
Vitamina B12	La vitamina B12 interviene nel processo di divisione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1223 2010;8(10):1756	93, 212
Vitamina C	La vitamina C contribuisce al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario durante e dopo uno sforzo fisico intenso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 200 mg di vitamina C. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 200 mg in aggiunta all'apporto giornaliero raccomandato di vitamina C.		2009; 7(9):1226	144
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione dei vasi sanguigni	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	130, 131, 149
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione delle ossa	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione delle cartilagini	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione delle gengive	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 136, 149
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione della pelle	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 137, 149
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione dei denti	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamina C	La vitamina C contribuisce al normale metabolismo energetico	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	135, 2334, 3196

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina C	La vitamina C contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	133
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale funzione psicologica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1815	140
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	134, 4321
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	129, 138, 143, 148, 3331
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1815	139, 2622
Vitamina C	La vitamina C contribuisce alla rigenerazione della forma ridotta della vitamina E	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1815	202

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina C	La vitamina C accresce l'assorbimento del ferro	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	132, 147
Vitamina D	La vitamina D contribuisce al normale assorbimento/utilizzo del calcio e del fosforo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	152, 157, 215
Vitamina D	La vitamina D contribuisce a normali livelli di calcio nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1227 2011;9(6):2203	152, 157 215
Vitamina D	La vitamina D contribuisce al mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	150, 151, 158, 350
Vitamina D	La vitamina D contribuisce al mantenimento della normale funzione muscolare	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010; 8(2):1468	155
Vitamina D	La vitamina D contribuisce al mantenimento di denti normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	151, 158

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Vitamina D	La vitamina D contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010; 8(2):1468	154, 159
Vitamina D	La vitamina D interviene nel processo di divisione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	153
Vitamina E	La vitamina E contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina E come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1816	160, 162, 1947
Vitamina K	La vitamina K contribuisce alla normale coagulazione del sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina K come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7 (9):1228	124, 126
Vitamina K	La vitamina K contribuisce al mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina K come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7 (9):1228	123, 127, 128, 2879

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Zinco	Lo zinco contribuisce al normale metabolismo acido-base	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	360
Zinco	Lo zinco contribuisce al normale metabolismo dei carboidrati	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	382
Zinco	Lo zinco contribuisce alla normale funzione cognitiva	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	296
Zinco	Lo zinco contribuisce alla normale sintesi del DNA	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	292, 293, 1759
Zinco	Lo zinco contribuisce alla normale fertilità e alla normale riproduzione	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	297, 300

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Zinco	Lo zinco contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	2890
Zinco	Lo zinco contribuisce al normale metabolismo degli acidi grassi	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	302
Zinco	Lo zinco contribuisce al normale metabolismo della vitamina A	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	361
Zinco	Lo zinco contribuisce alla normale sintesi proteica	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293, 4293
Zinco	Lo zinco contribuisce al mantenimento di ossa normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	295, 1756

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Zinco	Lo zinco contribuisce al mantenimento di capelli normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Zinco	Lo zinco contribuisce al mantenimento di unghie normali	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Zinco	Lo zinco contribuisce al mantenimento di una pelle normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293
Zinco	Lo zinco contribuisce al mantenimento di normali livelli di testosterone nel sangue	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2010;8(10):1819	301
Zinco	Lo zinco contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	361

▼ C1

Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti	Indicazione	Condizioni d'uso dell'indicazione	Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare	Numero dell'EFSA Journal	Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA
Zinco	Lo zinco contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	291, 1757
Zinco	Lo zinco contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	294, 1758
Zinco	Lo zinco interviene nel processo di divisione delle cellule	Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	292, 293, 1759

(*) Nel caso del D-tagatosio e dell'isomaltulosio, anziché «zucchero» si legga «altri zuccheri»

(**) Nel caso del D-tagatosio e dell'isomaltulosio, anziché «zucchero» si legga «altri zuccheri»

▼ **C1**

- **M2** (***) Autorizzata in data 24.9.2013; uso dell'autorizzazione limitato alla GlaxoSmithKline Services Unlimited e alle sue consociate, GSK House, 980 Great West Road, Brentford, TW89GS, Regno Unito, per un periodo di cinque anni.
- (****) Autorizzata in data 24.9.2013; uso dell'autorizzazione limitato alla Mondelēz International group, Three Parkway North Deerfield, IL 60015, Stati Uniti d'America, per un periodo di cinque anni. ◀
- **M7** (****) Autorizzata in data 24 settembre 2013; uso dell'autorizzazione limitato alla Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgio, per un periodo di cinque anni. ◀
- (*****) Autorizzata in data 21 aprile 2015; uso dell'autorizzazione limitato alla Barry Callebaut Belgium NV., Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgio, per un periodo di cinque anni. ◀
- **M8** (*****) Autorizzata in data 1° gennaio 2016; uso dell'autorizzazione limitato alla BENE0-Orafti SA, Rue L. Maréchal 1, B-4360 Oreya, Belgio, per un periodo di cinque anni. ◀
- **M10** (*****) A decorrere dal 21 luglio 2016 fino al 14 settembre 2019 il valore energetico dell'alimento non è inferiore a 200 kcal (840 KJ) e non è superiore a 400 kcal (1 680 KJ).
 (*****) A decorrere dal 21 luglio 2016 fino al 14 settembre 2019 l'alimento deve fornire per pasto almeno il 30 % del quantitativo di vitamine e sali minerali specificato nella tabella seguente:

Vitamina A	(µg RE)	700
Vitamina D	(µg)	5
Vitamina E	(mg)	10
Vitamina C	(mg)	45
Tiamina	(mg)	1,1
Riboflavina	(mg)	1,6
Niacina	(mg-NE)	18
Vitamina B ₆	(mg)	1,5
Folato	(µg)	200
Vitamina B ₁₂	(µg)	1,4
Biotina	(µg)	15
Acido pantotenico	(mg)	3
Calcio	(mg)	700
Fosforo	(mg)	550
Ferro	(mg)	16
Zinco	(mg)	9,5
Rame	(mg)	1,1
Iodio	(µg)	130
Selenio	(µg)	55
Sodio	(mg)	575
Magnesio	(mg)	150
Manganese	(mg)	1

A decorrere dal 21 luglio 2016 fino al 14 settembre 2019 il quantitativo di potassio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno di 500 mg. ◀

- **M11** (*****) Il carico massimale di ripetizione è il peso massimo o la forza massima che un individuo può esercitare in un singolo sollevamento. ◀