

Dieser Text dient lediglich zu Informationszwecken und hat keine Rechtswirkung. Die EU-Organe übernehmen keine Haftung für seinen Inhalt. Verbindliche Fassungen der betreffenden Rechtsakte einschließlich ihrer Präambeln sind nur die im Amtsblatt der Europäischen Union veröffentlichten und auf EUR-Lex verfügbaren Texte. Diese amtlichen Texte sind über die Links in diesem Dokument unmittelbar zugänglich

► **B****VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION**

vom 16. Mai 2012

zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern

(Text von Bedeutung für den EWR)

(ABl. L 136 vom 25.5.2012, S. 1)

Geändert durch:

		Amtsblatt		
		Nr.	Seite	Datum
► <u>M1</u>	Verordnung (EU) Nr. 536/2013 der Kommission vom 11. Juni 2013	L 160	4	12.6.2013
► <u>M2</u>	Verordnung (EU) Nr. 851/2013 der Kommission vom 3. September 2013	L 235	3	4.9.2013
► <u>M3</u>	Verordnung (EU) Nr. 1018/2013 der Kommission vom 23. Oktober 2013	L 282	43	24.10.2013
► <u>M4</u>	Verordnung (EU) Nr. 40/2014 der Kommission vom 17. Januar 2014	L 14	8	18.1.2014
► <u>M5</u>	Verordnung (EU) Nr. 274/2014 der Kommission vom 14. März 2014	L 83	1	20.3.2014
► <u>M6</u>	Verordnung (EU) 2015/7 der Kommission vom 6. Januar 2015	L 3	3	7.1.2015
► <u>M7</u>	Verordnung (EU) 2015/539 der Kommission vom 31. März 2015	L 88	7	1.4.2015
► <u>M8</u>	Verordnung (EU) 2015/2314 der Kommission vom 7. Dezember 2015	L 328	46	12.12.2015
► <u>M9</u>	Durchführungsverordnung (EU) 2016/854 der Kommission vom 30. Mai 2016	L 142	5	31.5.2016
► <u>M10</u>	Verordnung (EU) 2016/1413 der Kommission vom 24. August 2016	L 230	8	25.8.2016
► <u>M11</u>	Durchführungsverordnung (EU) 2017/672 der Kommission vom 7. April 2017	L 97	24	8.4.2017
► <u>M12</u>	Durchführungsverordnung (EU) 2017/676 der Kommission vom 10. April 2017	L 98	1	11.4.2017
► <u>M13</u>	Verordnung (EU) 2017/1407 der Kommission vom 1. August 2017	L 201	1	2.8.2017
► <u>M14</u>	Durchführungsverordnung (EU) 2021/686 der Kommission vom 23. April 2021	L 143	8	27.4.2021

Berichtigt durch:

- **C1** Berichtigung, ABl. L 265 vom 8.10.2013, S. 16 (536/2013)
- **C2** Berichtigung, ABl. L 266 vom 13.10.2022, S. 26 (432/2012)



VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION

vom 16. Mai 2012

zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern

(Text von Bedeutung für den EWR)

Artikel 1

Zugelassene gesundheitsbezogene Angaben

(1) Die Liste der zulässigen gesundheitsbezogenen Angaben gemäß Artikel 13 Absatz 3 der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006, die über Lebensmittel gemacht werden dürfen, ist im Anhang dieser Verordnung festgelegt.

(2) Die in Absatz 1 genannten gesundheitsbezogenen Angaben dürfen gemäß den im Anhang aufgeführten Bedingungen über Lebensmittel gemacht werden.

Artikel 2

Inkrafttreten und Gültigkeit

Diese Verordnung tritt am zwanzigsten Tag nach ihrer Veröffentlichung im *Amtsblatt der Europäischen Union* in Kraft.

Diese Verordnung gilt ab dem 14. Dezember 2012.

Diese Verordnung ist in allen ihren Teilen verbindlich und gilt unmittelbar in jedem Mitgliedstaat.

▼B

ANHANG

LISTE DER ZULÄSSIGEN GESUNDHEITSBEZOGENEN ANGABEN

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
	Aktivkohle	Aktivkohle trägt zur Verringerung übermäßiger Blähungen nach dem Essen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die 1 g Aktivkohle je angegebene Portion enthalten. ► C2 Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn 1 g mindestens 30 Minuten vor und 1 g kurz nach der Mahlzeit aufgenommen werden. ◀	2011;9(4):2049	1938
▼ <u>M1</u>	Alpha-Cyclodextrin	Der Verzehr von Alpha-Cyclodextrin als Bestandteil einer stärkehaltigen Mahlzeit trägt dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel nach der Mahlzeit weniger stark ansteigt	Die Angabe darf verwendet werden für Lebensmittel, die mindestens 5 g Alpha-Cyclodextrin pro 50 g Stärke in einer angegebenen Portion als Teil einer Mahlzeit enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn Alpha-Cyclodextrin als Bestandteil der Mahlzeit aufgenommen wird.	2012;10(6):2713	2926
▼ <u>B</u>	Alpha-Linolensäure (ALA)	ALA trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine ALA-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe QUELLE VON OMEGA-3-FETTSÄUREN erfüllen. Unterrichtung der Verbraucher, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 2 g ALA einstellt.	2009; 7(9):1252 2011;9(6):2203	493, 568
	Arabinoxylan, hergestellt aus Weizenendosperm	Die Aufnahme von Arabinoxylan als Bestandteil einer Mahlzeit trägt dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel nach der Mahlzeit weniger stark ansteigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 8 g Arabinoxylan (AX)-reiche Fasern aus Weizenendosperm (mit einem Gewichtsanteil von mindestens 60 % AX) je 100 g verfügbare Kohlenhydrate in einer angegebenen Portion als Bestandteil der Mahlzeit enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn Arabinoxylan (AX)-reiche Fasern aus Weizenendosperm als Bestandteil der Mahlzeit aufgenommen werden.	2011;9(6):2205	830

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Beta-Glucane	Beta-Glucane tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 1 g Beta-Glucane aus Hafer, Haferkleie, Gerste oder Gerstenkleie bzw. aus Gemischen dieser Getreide je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Beta-Glucanen aus Hafer, Haferkleie, Gerste oder Gerstenkleie bzw. aus Gemischen dieser Getreide einstellt.		2009; 7(9):1254 2011;9(6):2207	754, 755, 757, 801, 1465, 2934 1236, 1299
Beta-Glucane aus Hafer und Gerste	Die Aufnahme von Beta-Glucanen aus Hafer oder Gerste als Bestandteil einer Mahlzeit trägt dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel nach der Mahlzeit weniger stark ansteigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 4 g Beta-Glucane aus Hafer oder Gerste je 30 g verfügbare Kohlenhydrate in einer angegebenen Portion als Bestandteil der Mahlzeit enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn Beta-Glucane aus Hafer oder Gerste als Bestandteil der Mahlzeit aufgenommen werden.		2011;9(6):2207	821, 824
Betain	Betain trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 500 mg Betain je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 1,5 g Betain einstellt.	Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass eine tägliche Aufnahme von mehr als 4 g den Blut-Cholesterinspiegel erheblich erhöhen kann.	2011;9(4):2052	4325
Biotin	Biotin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1209	114, 117
Biotin	Biotin trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1209	116

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Biotin	Biotin trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	113, 114, 117, 4661
Biotin	Biotin trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1728	120
Biotin	Biotin trägt zur Erhaltung normaler Haare bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	118, 121, 2876
Biotin	Biotin trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1209	115
Biotin	Biotin trägt zur Erhaltung normaler Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Biotinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	115, 121
Calcium	Calcium trägt zu einer normalen Blutgerinnung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1210	230, 236

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Calcium	Calcium trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1210	234
Calcium	Calcium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1210	226, 230, 235
Calcium	Calcium trägt zu einer normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1210	227, 230, 235
Calcium	Calcium trägt zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1210	355
Calcium	Calcium hat eine Funktion bei der Zellteilung und -spezialisierung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1725	237
Calcium	Calcium wird für die Erhaltung normaler Knochen benötigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		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

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Calcium	Calcium wird für die Erhaltung normaler Zähne benötigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Calciumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1210 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 231, 2731, 3099,3155, 4311, 4312, 4703 4704
Chitosan	Chitosan trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 3 g Chitosan gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Chitosan einstellt.		2011;9(6):2214	4663
Chlorid	Chlorid trägt durch die Bildung von Magensäure zu einer normalen Verdauung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Chloridquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.	Die Angabe darf nicht für Chlorid verwendet werden, das aus Natriumchlorid gewonnen wird.	2010;8(10):1764	326
Cholin	Cholin trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 82,5 mg Cholin je 100 g oder 100 ml bzw. je Portion Lebensmittel enthalten.		2011;9(4):2056	3090
Cholin	Cholin trägt zu einem normalen Fettstoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 82,5 mg Cholin je 100 g oder 100 ml bzw. je Portion Lebensmittel enthalten.		2011;9(4):2056	3186
Cholin	Cholin trägt zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 82,5 mg Cholin je 100 g oder 100 ml bzw. je Portion Lebensmittel enthalten.		2011;9(4):2056 2011;9(6):2203	1501 712, 1633

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Chrom	Chrom trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Quelle von dreiwertigem Chrom gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1732	260, 401, 4665, 4666, 4667
Chrom	Chrom trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Quelle von dreiwertigem Chrom gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1732 2011;9(6):2203	262, 4667 4698
Docosahexaensäure (DHA)	DHA trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 40 mg DHA je 100 g und je 100 kcal enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg DHA einstellt.		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
Docosahexaensäure (DHA)	DHA trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 40 mg DHA je 100 g und je 100 kcal enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg DHA einstellt.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	627, 632, 743, 3149, 2905, 508, 510, 513, 519, 529, 540, 688, 4294
Docosahexaensäure (DHA)	DHA trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Triglyceridspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 2 g DHA gewährleistet und die DHA in Kombination mit Eicosapentaensäure (EPA) enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 2 g DHA einstellt. ►C1 Wird die Angabe bei Nahrungsergänzungsmitteln und/oder angereicherten Lebensmitteln verwendet, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass eine tägliche Gesamtaufnahme aus diesen Lebensmitteln von 5 g EPA und DHA kombiniert nicht überschritten werden darf. ◀	Die Angabe darf nicht für Lebensmittel verwendet werden, die für Kinder bestimmt sind.	2010;8(10):1734	533, 691, 3150

▼M1

▼ **M1**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Docosahexaensäure und Eicosapentaensäure (DHA/EPA)	DHA und EPA tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 3 g EPA und DHA gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 3 g EPA und DHA einstellt. Wird die Angabe bei Nahrungsergänzungsmitteln und/oder angereicherten Lebensmitteln verwendet, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass eine tägliche Gesamtaufnahme aus diesen Lebensmitteln von 5 g EPA und DHA kombiniert nicht überschritten werden darf.	Die Angabe darf nicht für Lebensmittel verwendet werden, die für Kinder bestimmt sind.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	502, 506, 516, 703, 1317, 1324
Docosahexaensäure und Eicosapentaensäure (DHA/EPA)	DHA und EPA tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Triglyceridspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 2 g EPA und DHA gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 2 g EPA und DHA einstellt. Wird die Angabe bei Nahrungsergänzungsmitteln und/oder angereicherten Lebensmitteln verwendet, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass eine tägliche Gesamtaufnahme aus diesen Lebensmitteln von 5 g EPA und DHA kombiniert nicht überschritten werden darf.	Die Angabe darf nicht für Lebensmittel verwendet werden, die für Kinder bestimmt sind.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	506, 517, 527, 538, 1317, 1324, 1325
Eicosapentaensäure und Docosahexaensäure (EPA/DHA)	EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine EPA- bzw. DPA-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe QUELLE VON OMEGA3-FETTSÄUREN erfüllen. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA einstellt.		2010;8(10):1796 2011;9(4):2078	504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360
Einfach ungesättigte und/oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren	Der Ersatz gesättigter Fettsäuren durch einfach und/oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren in der Ernährung trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe MIT EINEM HOHEN GEHALT AN UNGESÄTTIGTEN FETTSÄUREN aufweisen.		2011;9(4):2069 2011;9(6):2203	621, 1190, 1203, 2906, 2910, 3065, 674, 4335

▼ **B**

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Eisen	Eisen trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1215	253
Eisen	Eisen trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	251, 1589, 255
Eisen	Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	249, 1589, 374, 2889
Eisen	Eisen trägt zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	250, 254, 256, 255
Eisen	Eisen trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1215	252, 259
Eisen	Eisen trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1740	255, 374, 2889

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Eisen	Eisen hat eine Funktion bei der Zellteilung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Eisenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1215	368
Fleisch und Fisch	Fleisch bzw. Fisch trägt bei Verzehr mit anderen eisenhaltigen Lebensmitteln zu einer verbesserten Eisenaufnahme bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 50 g Fleisch oder Fisch je angegebene Einzelportion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn 50 g Fleisch oder Fisch zusammen mit einem oder mehreren Lebensmitteln verzehrt werden, die Nicht-Häm-Eisen enthalten.		2011;9(4):2040	1223
Fluorid	Fluorid trägt zur Erhaltung der Zahnmineralisierung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Fluoridquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1212 2010;8(10):1797	275, 276, 338, 4238,
Folat	Folat trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1213	2882
Folat	Folat trägt zu einer normalen Aminosäuresynthese bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1760	195, 2881

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Folat	Folat trägt zu einer normalen Blutbildung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1213	79
Folat	Folat trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1213	80
Folat	Folat trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1760	81, 85, 86, 88
Folat	Folat trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1213	91
Folat	Folat trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1760	84

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Folat	Folat hat eine Funktion bei der Zellteilung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Folatquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1213 2010;8(10):1760	193, 195, 2881
Fructose	► <u>C1</u> Der Verzehr von Lebensmitteln, die Fructose enthalten, führt zu einem geringeren Glucoseanstieg im Blut im Vergleich zu Lebensmitteln, die Saccharose oder Glucose enthalten ◀	► <u>C1</u> Damit die Angabe zulässig ist, sollte in zuckergesüßten Lebensmitteln oder Getränken Glucose und/oder Saccharose durch Fructose ersetzt werden, so dass die Verringerung des Glucose- und/oder Saccharosegehalts in diesen Lebensmitteln oder Getränken mindestens 30 % beträgt. ◀		2011;9(6):2223	558
▼ <u>B</u> Gerstenkorn-Ballaststoffe	Gerstenkorn-Ballaststoffe tragen zur Erhöhung des Stuhlvolumens bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an diesem Ballaststoff gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe HOHER BALLASTSTOFFGEHALT haben.		2011;9(6):2249	819
▼ <u>M1</u> Getrocknete Pflaumen von „prunus“-Kultivaren (<i>Prunus domestica</i> L.)	Getrocknete Pflaumen tragen zu einer normalen Darmfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 100 g getrockneter Pflaumen gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 100 g getrockneter Pflaumen einstellt.		2012;10(6):2712	1164
▼ <u>B</u> Glucomannan (Konjak Mannan)	Glucomannan trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 4 g Glucomannan gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 4 g Glucomannan einstellt.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickenungsgefahr besteht — Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit Glucomannan in den Magen gelangt.	2009; 7(9):1258 2010;8(10):1798	836, 1560, 3100, 3217

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Glucomannan (Konjak Mannan)	Glucomannan trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zu Gewichtsverlust bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die 1 g Glucomannan je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Glucomannan in drei Portionen à 1 g in Verbindung mit 1-2 Gläsern Wasser vor den Mahlzeiten und im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung einstellt.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht — Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit Glucomannan in den Magen gelangt.	2010;8(10):1798	854, 1556, 3725,
Guarkernmehl	Guarkernmehl trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 10 g Guarkernmehl gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 10 g Guarkernmehl einstellt.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht — Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit Guarkernmehl in den Magen gelangt.	2010;8(2):1464	808
Haferkorn-Ballaststoffe	Haferkorn-Ballaststoffe tragen zur Erhöhung des Stuhlvolumens bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an diesem Ballaststoff gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe HOHER BALLASTSTOFFGEHALT aufweisen.		2011;9(6):2249	822
Hydroxypropylmethylcellulose (HPMC)	Die Aufnahme von Hydroxypropylmethylcellulose im Rahmen einer Mahlzeit trägt dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel nach der Mahlzeit weniger stark ansteigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die 4 g HPMC je angegebene Portion im Rahmen einer Mahlzeit enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn 4 g HPMC im Rahmen der Mahlzeit aufgenommen werden.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht — Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit Hydroxypropylmethylcellulose in den Magen gelangt.	2010;8(10):1739	814
Hydroxypropylmethylcellulose (HPMC)	Hydroxypropylmethylcellulose trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 5 g HPMC gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 5 g HPMC einstellt.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht	2010;8(10):1739	815

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
			— Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit Hydroxypropylmethylcellulose in den Magen gelangt.		
Jod	Jod trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Jodquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1800	273
Jod	Jod trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Jodquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 402
Jod	Jod trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Jodquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1800	273
Jod	Jod trägt zur Erhaltung normaler Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Jodquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1214	370
Jod	Jod trägt zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Jodquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 1237

▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
▼ M7 Kakaoflavane	Kakaoflavane fördern die Elastizität der Blutgefäße, was zum normalen Blutfluss beiträgt (****) (*****).	Die Verbraucher sind darüber zu informieren, dass die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 200 mg Kakaoflavanen erzielt wird. Die Angabe darf nur bei Kakaotränken (mit Kakaopulver) oder bei dunkler Schokolade verwendet werden, die mindestens eine tägliche Aufnahme von 200 mg Kakaoflavanen mit einem Polymerisationsgrad von 1-10 liefern (****). Die Angabe darf nur für Kapseln oder Tabletten mit Kakaextrakt mit einem hohen Anteil an Flavonolen verwendet werden, die mindestens eine tägliche Aufnahme von 200 mg Kakaoflavanen mit einem Polymerisationsgrad von 1-10 liefern (*****).	—	2012;10(7):2809 (****) 2014;12(5):3654 (*****)	—
▼ B Kalium	Kalium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kaliumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010; 8(2):1469	386
Kalium	Kalium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kaliumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010; 8(2):1469	320
Kalium	Kalium trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kaliumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010; 8(2):1469	321
▼ M3 Kohlenhydrate	Kohlenhydrate tragen zur Aufrechterhaltung einer normalen Gehirnfunktion bei	Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 130 g Kohlenhydraten aus allen Quellen einstellt.	Die Angabe darf nicht für Lebensmittel verwendet werden, die zu 100 % aus Zucker bestehen.	2011;9(6):2226	603,653

▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde	
		Die Angabe darf verwendet werden für Lebensmittel, die mindestens 20 g vom Menschen verstoffwechselbare Kohlenhydrate außer Polyolen pro quantifizierter Portion enthalten und der nährwertbezogenen Angabe ZUCKERARM oder OHNE ZUCKERZUSATZ gemäß dem Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 entsprechen.				
▼ M6	Kohlenhydrate	Kohlenhydrate tragen nach sehr intensiver und/oder sehr langer körperlicher Betätigung, die zur Erschöpfung der Muskulatur und der Glykogenvorräte in der Skelettmuskulatur führt, zur Wiederherstellung der normalen Muskelfunktion (Kontraktion) bei.	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die vom Menschen verstoffwechselbare Kohlenhydrate (außer Polyole) bereitstellen. Die Verbraucher sind darüber zu unterrichten, dass die positive Wirkung durch den Verzehr von insgesamt 4 g Kohlenhydraten pro kg Körpergewicht aus allen Quellen in einzelnen Dosen in den ersten 4 Stunden und spätestens 6 Stunden nach Beendigung der sehr intensiven und/oder sehr langen körperlichen Betätigung, die zur Erschöpfung der Muskulatur und der Glykogenvorräte in der Skelettmuskulatur führt, erreicht wird.	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die für erwachsene Menschen bestimmt sind, die sich sehr intensiv und/oder sehr lange körperlich betätigt und damit ihre Muskulatur und Glykogenvorräte in der Skelettmuskulatur erschöpft haben.	2013;11(10):3409	
▼ B	Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen	Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen tragen zur Aufrechterhaltung der Ausdauerleistung bei längerem Ausdauertraining bei	Damit die Angabe zulässig ist, sollten Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen 80-350 kcal/l aus Kohlenhydraten enthalten und mindestens 75 % der Energie sollten aus Kohlenhydraten gewonnen werden, die eine deutliche blutzuckersteigernde Wirkung haben, wie Glucose, Glucosepolymere und Saccharose. Die Getränke sollten ferner zwischen 20 mmol/l (460 mg/l) und 50 mmol/l (1 150 mg/l) Natrium enthalten und eine Osmolalität von 200-330 mOsm/kg Wasser aufweisen.		2011;9(6):2211	466, 469
	Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen	Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen verbessern die Aufnahme von Wasser während der körperlichen Betätigung	Damit die Angabe zulässig ist, sollten Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen 80-350 kcal/l aus Kohlenhydraten enthalten und mindestens 75 % der Energie sollten aus Kohlenhydraten gewonnen werden, die eine deutliche blutzuckersteigernde Wirkung haben, wie Glucose, Glucosepolymere und Saccharose. Die Getränke sollten ferner zwischen 20 mmol/l (460 mg/l) und 50 mmol/l (1 150 mg/l) Natrium enthalten und eine Osmolalität von 200-330 mOsm/kg Wasser aufweisen.		2011;9(6):2211	314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309

▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
▼ M14 Kohlenhydratlösungen	Kohlenhydratlösungen tragen zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit während einer intensiven und lang anhaltenden körperlichen Betätigung bei trainierten Erwachsenen bei.	Die Angabe darf nur für Kohlenhydratlösungen verwendet werden, die nach der Gebrauchsanweisung zwischen 30 g und 90 g Kohlenhydrate pro Stunde liefern, sofern es sich bei den betreffenden Kohlenhydraten um Glucose, Saccharose, Fructose und/oder Maltodextrine handelt, unter folgenden Bedingungen: a) Fructose (aus Fructose und/oder Saccharose) sollte nicht mehr als 1/3 der Gesamtkohlenhydrate ausmachen und b) Glucose (aus Glucose, Saccharose und/oder Maltodextrinen) sollte 60 g/h nicht überschreiten. Verbraucher müssen darüber in Kenntnis gesetzt werden, dass die vorteilhafte Wirkung nur bei trainierten Erwachsenen eintritt, die eine intensive (mindestens 65 % der VO ₂ max) und lang anhaltende (mindestens 60 Minuten) körperliche Betätigung absolvieren.	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die für trainierte Erwachsene bestimmt sind, die sich intensiv und lang anhaltend körperlich betätigen.	2018;16(3):5191	
▼ B Kreatin	Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 3 g Kreatin gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin einstellt.	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die für Erwachsene bestimmt sind, die einer intensiven körperlichen Betätigung nachgehen.	2011;9(7):2303	739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924
▼ M11 Kreatin	Die tägliche Einnahme von Kreatin kann die Wirkung von Krafttraining auf die Muskelkraft von Erwachsenen über 55 Jahre steigern.	Die Verbraucher sind darüber zu unterrichten, dass — die Angabe für Erwachsene über 55 Jahre gilt, die regelmäßig Krafttraining betreiben; — sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin in Verbindung mit Krafttraining einstellt, bei dem die Belastung im Laufe der Zeit gesteigert werden kann und das mindestens dreimal wöchentlich über mehrere Wochen mit einer Intensität von mindestens 65 % bis 75 % des 1-Repetition-Maximums (*****) betrieben werden sollte.	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die für Erwachsene über 55 Jahre bestimmt sind, die regelmäßig Krafttraining betreiben.	2016;14(2):4400	

▼ M11

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Kupfer	Kupfer trägt zur Erhaltung von normalem Bindegewebe bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211	265, 271, 1722
Kupfer	Kupfer trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	266, 1729
Kupfer	Kupfer trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	267, 1723
Kupfer	Kupfer trägt zu einer normalen Haarpigmentierung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Kupfer	Kupfer trägt zu einem normalen Eisentransport im Körper bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211	269, 270, 1727
Kupfer	Kupfer trägt zu einer normalen Hautpigmentierung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211	268, 1724

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Kupfer	Kupfer trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	264, 1725
Kupfer	Kupfer trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Kupferquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1211	263, 1726
Lactase	Bei Personen, die Probleme mit der Verdauung von Lactose haben, verbessert Lactase die Lactoseverdauung	Die Angabe darf nur verwendet werden für Nahrungsergänzungsmittel mit einem Mindestgehalt von 4 500 FCC-Einheiten (Food Chemicals Codex) in Verbindung mit der an die Zielgruppe gerichteten Empfehlung der Einnahme bei jeder lactosehaltigen Mahlzeit.	Die Zielgruppe ist ferner darüber zu unterrichten, dass es Unterschiede bei der Lactosetoleranz gibt und dass die Betroffenen sich Rat bezüglich der Funktion des Stoffes bei ihrer Ernährung holen sollten.	2009; 7(9):1236 2011;9(6):2203	1697, 1818 1974
▼ <u>M12</u>	Lactitol	Lactitol trägt durch Erhöhung der Stuhlfrequenz zu einer normalen Darmfunktion bei.	Die Angabe darf nur für Nahrungsergänzungsmittel verwendet werden, die 10 g Lactitol je angegebene Tagesportion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Einnahme von 10 g Lactitol einstellt.	Die Angabe darf nicht für Lebensmittel verwendet werden, die für Kinder bestimmt sind.	2015;13(10):4252
▼ <u>B</u>	Lactulose	Lactulose trägt zur Beschleunigung der Darmpassage bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die 10 g Lactulose je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einmaliger Aufnahme von 10 g Lactulose pro Tag einstellt.		2010;8(10):1806 807

▼ **B**▼ **M2**▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Langsam verdauliche Stärke	Beim Verzehr von Erzeugnissen mit einem hohen Gehalt an langsam verdaulicher Stärke (SDS) steigt die Blutzuckerkonzentration nach einer Mahlzeit weniger stark an als beim Verzehr von Erzeugnissen mit geringem SDS-Gehalt (****).	Die Angabe darf nur bei Lebensmitteln verwendet werden, bei denen die verdaulichen Kohlenhydrate mindestens 60 % der gesamten Energieaufnahme liefern und bei denen mindestens 55 % dieser Kohlenhydrate aus verdaulicher Stärke bestehen, wobei diese zu mindestens 40 % aus SDS besteht.	—	2011;9(7):2292	—
Lebende Joghurtkulturen	Die Verdauung der im Produkt enthaltenen Lactose wird durch Lebendkulturen in Joghurt oder fermentierter Milch bei Personen, die Probleme mit der Lactoseverdauung haben, verbessert	Damit die Angabe zulässig ist, sollte der Joghurt bzw. die fermentierte Milch mindestens 10^8 koloniebildende Einheiten lebender Startermikroorganismen (<i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> und <i>Streptococcus thermophilus</i>) je Gramm enthalten.		2010;8(10):1763	1143, 2976
Lebensmittel mit geringem oder reduziertem Gehalt an gesättigten Fettsäuren	Eine Reduzierung der Aufnahme an gesättigten Fettsäuren trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an einen geringen Gehalt an gesättigten Fettsäuren gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe ARM AN GESÄTTIGTEN FETTSÄUREN oder an einen reduzierten Gehalt an gesättigten Fettsäuren gemäß der in der genannten Verordnung aufgeführten Angabe REDUZIERTER [NAME DES NÄHRSTOFFS]-ANTEIL erfüllen.		2011;9(4):2062	620, 671, 4332
Lebensmittel mit geringem oder reduziertem Natriumgehalt	Eine Reduzierung der Natriumaufnahme trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an einen geringen Gehalt an Natrium/Kochsalz gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe NATRIUMARM/KOCHSALZARM oder an einen reduzierten Natrium-/Kochsalzgehalt gemäß der in der genannten Verordnung aufgeführten Angabe REDUZIERTER [NAME DES NÄHRSTOFFS]-ANTEIL erfüllen.		2011;9(6):2237	336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420
Linolsäure	Linolsäure trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 1,5 g Linolsäure je 100 g und je 100 kcal bereitstellen. Unterrichtung der Verbraucher, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 10 g Linolsäure einstellt.		2009; 7(9):1276 2011;9(6):2235	489, 2899

▼ B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Magnesium	Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1807	244
Magnesium	Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	238
Magnesium	Magnesium trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	240, 247, 248
Magnesium	Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	242
Magnesium	Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216 2010;8(10):1807	241, 380, 3083

▼ B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Magnesium	Magnesium trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	364
Magnesium	Magnesium trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1807	245, 246
Magnesium	Magnesium trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	239
Magnesium	Magnesium trägt zur Erhaltung normaler Zähne bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	239
Magnesium	Magnesium hat eine Funktion bei der Zellteilung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Magnesiumquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1216	365

▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
--	--------	---	---	------------------------	---

▼ **M10**

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung	<p>► M13 Das Ersetzen von einer der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch einen solchen Mahlzeitersatz trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten ◀</p>	<p>Damit die Angabe zulässig ist, sollte das Lebensmittel folgenden Anforderungen entsprechen:</p> <p>1. Energiegehalt</p> <p>Der Energiegehalt darf nicht weniger als 200 kcal (840 kJ) und nicht mehr als 250 kcal (1 046 kJ) je Mahlzeit betragen (*****).</p> <p>2. Fettgehalt und -zusammensetzung</p> <p>Der Brennwert der Fette darf 30 % des gesamten Brennwertes des Erzeugnisses nicht überschreiten.</p> <p>Die Erzeugnisse müssen mindestens 1 g Linolsäure (in Form von Glyceriden) enthalten.</p> <p>3. Proteingehalt und -zusammensetzung</p> <p>Der Brennwert des Lebensmittels muss zu mindestens 25 und höchstens 50 % auf Proteine entfallen.</p> <p>Der chemische Proteinindex muss dem Index entsprechen, den die Weltgesundheitsorganisation in ihren „Energy and protein requirements“ (Brennwert- und Proteinanforderungen) festgelegt hat. Bericht einer gemeinsamen FAO/WHO/UNU-Ta-gung. Genf: Weltgesundheitsorganisation, 1985 (WHO Technical Report Series: 724).</p>	<p>Damit die Angabe zulässig ist, müssen die Verbraucher über die Bedeutung einer ausreichenden täglichen Flüssigkeitsaufnahme aufgeklärt und auf die Tatsache hingewiesen werden, dass die Erzeugnisse ihren Zweck nur erfüllen, wenn sie im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung verwendet werden, zu der notwendigerweise auch andere Lebensmittel gehören.</p> <p>Um die angegebene Wirkung zu erzielen, sollte täglich eine Hauptmahlzeit durch einen Mahlzeitersatz ersetzt werden.</p>	2010; 8(2):1466 2015; 13(11): 4287	1418
---	--	---	---	--	------

▼ **M10**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde																		
		<p>Anforderungsschema für Aminosäuren (g/100 g Protein)</p> <table border="1" data-bbox="745 448 1321 898"> <tr> <td>Cystin + Methionin</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>Histidin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Isoleucin</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>Leucin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Lysin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Phenylalanin + Tyrosin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Threonin</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>Tryptophan</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>Valin</td> <td>1,3</td> </tr> </table> <p>Der chemische Index ist das kleinste Verhältnis zwischen der Menge der einzelnen essentiellen Aminosäuren des Testproteins und der Menge der entsprechenden Aminosäure des Referenzproteins.</p> <p>Liegt der chemische Index unter 100 % des Indexes des Referenzproteins, ist der Mindestproteingehalt entsprechend zu erhöhen. Der chemische Index des Proteins muss in jedem Fall zumindest bei 80 % des Indexes des Referenzproteins liegen.</p> <p>In allen Fällen ist der Zusatz von Aminosäuren nur zur Verbesserung des Nährwerts der Proteine und in den hierfür notwendigen Mengen gestattet.</p>	Cystin + Methionin	1,7	Histidin	1,6	Isoleucin	1,3	Leucin	1,9	Lysin	1,6	Phenylalanin + Tyrosin	1,9	Threonin	0,9	Tryptophan	0,5	Valin	1,3			
Cystin + Methionin	1,7																						
Histidin	1,6																						
Isoleucin	1,3																						
Leucin	1,9																						
Lysin	1,6																						
Phenylalanin + Tyrosin	1,9																						
Threonin	0,9																						
Tryptophan	0,5																						
Valin	1,3																						

▼ **M10**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
		<p>4. Vitamine und Mineralstoffe</p> <p>Die Lebensmittel müssen je Mahlzeit mindestens 30 % der Nährstoffbezugswerte für Vitamine und Mineralstoffe gemäß Anhang XIII der Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 enthalten. Diese Vorschrift gilt nicht für Fluorid, Chrom, Chlorid und Molybdän. Die Natriummenge in einem Lebensmittel muss je Mahlzeit mindestens 172,5 mg betragen. Die Kaliummenge in einem Lebensmittel je Mahlzeit muss mindestens 500 mg betragen (*****).</p>			
Mahlzeigersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung	Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch einen solchen Mahlzeigersatz trägt zu Gewichtsabnahme bei	<p>Damit die Angabe zulässig ist, sollte das Lebensmittel folgenden Anforderungen entsprechen:</p> <p>1. Energiegehalt</p> <p>Der Energiegehalt darf nicht weniger als 200 kcal (840 kJ) und nicht mehr als 250 kcal (1 046 kJ) je Mahlzeit betragen (*****).</p> <p>2. Fettgehalt und -zusammensetzung</p> <p>Der Brennwert der Fette darf 30 % des gesamten Brennwertes des Erzeugnisses nicht überschreiten.</p> <p>Die Erzeugnisse müssen mindestens 1 g Linolsäure (in Form von Glyceriden) enthalten.</p> <p>3. Proteingehalt und -zusammensetzung</p> <p>Der Brennwert des Lebensmittels muss zu mindestens 25 und höchstens 50 % auf Proteine entfallen.</p> <p>Der chemische Proteinindex muss dem Index entsprechen, den die Weltgesundheitsorganisation in ihren „Energy and protein requirements“ (Brennwert- und Proteinanforderungen) festgelegt hat. Bericht einer gemeinsamen FAO/WHO/UNU-Taugung. Genf: Weltgesundheitsorganisation, 1985 (WHO Technical Report Series: 724).</p>	Damit die Angabe zulässig ist, müssen die Verbraucher über die Bedeutung einer ausreichenden täglichen Flüssigkeitsaufnahme aufgeklärt und auf die Tatsache hingewiesen werden, dass die Erzeugnisse ihren Zweck nur erfüllen, wenn sie im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung verwendet werden, zu der notwendigerweise auch andere Lebensmittel gehören. <p>Um die angegebene Wirkung zu erzielen, sollten täglich zwei Hauptmahlzeiten durch je einen Mahlzeigersatz ersetzt werden.</p>	2010; 8(2):1466 2015; 13(11): 4287	1417

▼ **M10**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde																		
		<p>Anforderungsschema für Aminosäuren (g/100 g Protein)</p> <table border="1" data-bbox="743 451 1326 900"> <tr> <td>Cystin + Methionin</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>Histidin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Isoleucin</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>Leucin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Lysin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Phenylalanin + Tyrosin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Threonin</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>Tryptophan</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>Valin</td> <td>1,3</td> </tr> </table> <p>Der chemische Index ist das kleinste Verhältnis zwischen der Menge der einzelnen essentiellen Aminosäuren des Testproteins und der Menge der entsprechenden Aminosäure des Referenzproteins.</p> <p>Liegt der chemische Index unter 100 % des Indexes des Referenzproteins, ist der Mindestproteingehalt entsprechend zu erhöhen. Der chemische Index des Proteins muss in jedem Fall zumindest bei 80 % des Indexes des Referenzproteins liegen.</p> <p>In allen Fällen ist der Zusatz von Aminosäuren nur zur Verbesserung des Nährwerts der Proteine und in den hierfür notwendigen Mengen gestattet.</p>	Cystin + Methionin	1,7	Histidin	1,6	Isoleucin	1,3	Leucin	1,9	Lysin	1,6	Phenylalanin + Tyrosin	1,9	Threonin	0,9	Tryptophan	0,5	Valin	1,3			
Cystin + Methionin	1,7																						
Histidin	1,6																						
Isoleucin	1,3																						
Leucin	1,9																						
Lysin	1,6																						
Phenylalanin + Tyrosin	1,9																						
Threonin	0,9																						
Tryptophan	0,5																						
Valin	1,3																						

▼ **M10**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
		<p>4. Vitamine und Mineralstoffe</p> <p>Die Lebensmittel müssen je Mahlzeit mindestens 30 % der Nährstoffbezugswerte für Vitamine und Mineralstoffe gemäß Anhang XIII der Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 enthalten. Diese Vorschrift gilt nicht für Fluorid, Chrom, Chlorid und Molybdän. Die Natriummenge in einem Lebensmittel muss je Mahlzeit mindestens 172,5 mg betragen. Die Kaliummenge in einem Lebensmittel je Mahlzeit muss mindestens 500 mg betragen (*****).</p>			

▼ **B**

Mangan	Mangan trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Manganquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1217 2010;8(10):1808	311, 405
Mangan	Mangan trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Manganquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1217	310
Mangan	Mangan trägt zu einer normalen Bindegewebsbildung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Manganquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1808	404

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Mangan	Mangan trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Manganquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1217	309
Melatonin	Melatonin trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 0,5 mg Melatonin je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen sowie an den ersten Tagen nach Ankunft am Zielort mindestens 0,5 mg aufgenommen werden.		2010; 8(2):1467	1953
Melatonin	Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die 1 mg Melatonin je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn kurz vor dem Schlafengehen 1 mg Melatonin aufgenommen wird.		2011;9(6):2241	1698, 1780, 4080
Molybdän	Molybdän trägt zu einer normalen Verstoffwechslung schwefelhaltiger Aminosäuren bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Molybdänquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1745	313
<i>Monascus purpureus</i> (Rotschimmelreis)	Monacolin K aus Rotschimmelreis trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 10 mg Monacolin K aus Rotschimmelreis gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 10 mg Monacolin K aus Rotschimmelreiszubereitungen einstellt.		2011;9(7):2304	1648, 1700

▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
<p>▼ M8</p> <p>Natives Zichorieninulin</p>	<p>Zichorieninulin trägt durch Erhöhung der Stuhlfrequenz zu einer normalen Darmfunktion bei (*****)</p>	<p>Die Verbraucher sind darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 12 g Zichorieninulin einstellt.</p> <p>Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von mindestens 12 g nativem Zichorieninulin liefert, einer nicht fraktionierten Mischung von Monosacchariden (< 10 %), Disacchariden, inulinartigen Fructanen und aus Zichorienwurzeln gewonnenem Inulin mit einem mittleren Polymerisationsgrad von ≥ 9.</p>		<p>2015;13(1):3951</p>	
<p>▼ M2</p> <p>Neuformuliertes alkoholfreies säuerliches Getränk mit</p> <ul style="list-style-type: none"> — weniger als 1 g gärfähigem Kohlenhydrat pro 100 ml (Zucker und sonstige Kohlenhydrate mit Ausnahme von mehrwertigen Alkoholen); — einem Calciumgehalt zwischen 0,3 und 0,8 mol pro mol Säuerungsmittel; — Anzeige eines pH-Werts zwischen 3,7 und 4,0. 	<p>Wer zuckerhaltige säuerliche Getränke wie Soft Drinks (die typischerweise 8-12 g Zucker/100 ml enthalten) durch neuformulierte Getränke ersetzt, trägt zur Erhaltung der Mineralisierung der Zähne bei (**).</p>	<p>Neuformulierte säuerliche Getränke dürfen nur dann mit der Angabe versehen werden, wenn sie der Beschreibung des Lebensmittels entsprechen, zu dem die Angabe gemacht wird.</p>	<p>—</p>	<p>2010;8(12):1884</p>	<p>—</p>

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Niacin	Niacin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Niacinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	43, 49, 54, 51
Niacin	Niacin trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Niacinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1224	44, 53
Niacin	Niacin trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Niacinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1757	55
Niacin	Niacin trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Niacinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1224	45, 52, 4700
Niacin	Niacin trägt zur Erhaltung normaler Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Niacinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	45, 48, 50, 52, 4700
Niacin	Niacin trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Niacinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1757	47

▼ B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
▼ <u>M9</u> Nicht fermentierbare Kohlenhydrate	Der Verzehr von Lebensmitteln/Getränken, die anstelle von fermentierbaren Kohlenhydraten <Bezeichnung aller verwendeten nicht fermentierbaren Kohlenhydrate> enthalten, trägt zur Erhaltung der Zahnmineralisierung bei.	Damit die Angabe zulässig ist, sollten fermentierbare Kohlenhydrate ^(1**) in Lebensmitteln oder Getränken durch nicht fermentierbare Kohlenhydrate ^(2***) ersetzt werden, und zwar in solchen Anteilen, dass der Verzehr dieser Lebensmittel oder Getränke den pH-Wert des Zahnbelags während des Verzehrs und bis 30 Minuten nach dem Verzehr nicht unter 5,7 absenkt. ^(1**) Fermentierbare Kohlenhydrate werden definiert als in Lebensmitteln oder Getränken verzehrte Kohlenhydrate oder Kohlenhydratmischungen, die den in vivo oder in situ durch pH-Telemetrietests bestimmten pH-Wert des Zahnbelags während des Verzehrs und bis 30 Minuten nach dem Verzehr durch bakterielle Fermentation unter 5,7 absenken. ^(2***) Nicht fermentierbare Kohlenhydrate werden definiert als in Lebensmitteln oder Getränken verzehrte Kohlenhydrate oder Kohlenhydratmischungen, die den in vivo oder in situ durch pH-Telemetrietests bestimmten pH-Wert des Zahnbelags während des Verzehrs und bis 30 Minuten nach dem Verzehr durch bakterielle Fermentation nicht unter einen konservativen Wert von 5,7 absenken.		2013;11(7):3329	
▼ <u>B</u> Olivenöl-Polyphenole	Olivenöl-Polyphenole tragen dazu bei, die Blutfette vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Olivenöl verwendet werden, das mindestens 5 mg Hydroxytyrosol und dessen Derivate (z. B. Oleuropein-Komplex und Tyrosol) je 20 g Olivenöl enthält. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 20 g Olivenöl einstellt.		2011;9(4):2033	1333, 1638, 1639, 1696, 2865
Ölsäure	Der Ersatz von gesättigten Fettsäuren durch ungesättigte Fettsäuren in der Ernährung trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei. Ölsäure ist eine ungesättigte Fettsäure	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe MIT EINEM HOHEN GEHALT AN UNGESÄTTIGTEN FETTSÄUREN aufweisen.		2011;9(4):2043	673, 728, 729, 1302, 4334

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Pantothensäure	Pantothensäure trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Pantothensäurequelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1218	56, 59, 60, 64, 171, 172, 208
Pantothensäure	Pantothensäure trägt zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Pantothensäurequelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1218	181
Pantothensäure	Pantothensäure trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Pantothensäurequelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1758	63
Pantothensäure	Pantothensäure trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Pantothensäurequelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1218 2010;8(10):1758	57, 58
Pektine	Pektine tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 6 g Pektinen gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von 6 g Pektinen einstellt.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickenungsgefahr besteht — Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit die Pektine in den Magen gelangen.	2010;8(10):1747	818, 4236

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Pektine	Die Aufnahme von Pektinen im Rahmen einer Mahlzeit trägt dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel nach der Mahlzeit weniger stark ansteigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die 10 g Pektine je angegebene Portion enthalten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn 10 g Pektine als Bestandteil der Mahlzeit aufgenommen werden.	Warnung, dass bei Verbrauchern mit Schluckbeschwerden oder bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht — Empfehlung der Einnahme mit reichlich Wasser, damit die Pektine in den Magen gelangen.	2010;8(10):1747	786
Phosphor	Phosphor trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Phosphorquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1219	329, 373
Phosphor	Phosphor trägt zu einer normalen Funktion der Zellmembran bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Phosphorquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1219	328
Phosphor	Phosphor trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Phosphorquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1219	324, 327

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Phosphor	Phosphor trägt zur Erhaltung normaler Zähne bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Phosphorquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1219	324, 327
Phytosterine und Phytostanole	Phytosterine/Phytostanole tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei	Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von mindestens 0,8 g Phytosterinen/Phytostanolen einstellt.		2010;8(10):1813 2011;9(6):2203	549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140 568
Proteine	Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Proteinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe PROTEINQUELLE erfüllen.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Proteine	Proteine tragen zur Erhaltung von Muskelmasse bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Proteinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe PROTEINQUELLE erfüllen.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Proteine	Proteine tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Proteinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe PROTEINQUELLE erfüllen.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	416 4704
Resistente Stärke	Der Ersatz von verdaulicher Stärke durch resistente Stärke in einer Mahlzeit trägt dazu bei, dass der Blutzuckerspiegel nach der Mahlzeit weniger stark ansteigt	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, in denen die verdauliche Stärke durch resistente Stärke ersetzt wurde, wobei der Anteil der resistenten Stärke am Stärkegehalt insgesamt mindestens 14 % beträgt.		2011;9(4):2024	681

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	29, 35, 36, 42
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	213
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	31
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zur Erhaltung normaler roter Blutkörperchen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	40
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zur Erhaltung normaler Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	31, 33
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	39

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	30, 37
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	207
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Riboflavinquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1814	41
Roggen-Ballaststoffe	Roggen-Ballaststoffe tragen zu einer normalen Darmfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an diesem Ballaststoff gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe HOHER BALLASTSTOFFGEHALT haben.		2011;9(6):2258	825
Selen	Selen trägt zu einer normalen Spermabildung bei	Diese Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Selenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1220	396
Selen	Selen trägt zur Erhaltung normaler Haare bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Selenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1727	281

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Selen	Selen trägt zur Erhaltung normaler Nägel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Selenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1727	281
Selen	Selen trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Selenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	278, 1750
Selen	Selen trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Selenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1727 2009; 7(9):1220	279, 282, 286, 410, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293
Selen	Selen trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Selenquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751, 410, 1292
Thiamin	Thiamin trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Thiaminquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1222	21, 24, 28
Thiamin	Thiamin trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Thiaminquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1222	22, 27

▼ **B**

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Thiamin	Thiamin trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Thiaminquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1755	205
Thiamin	Thiamin trägt zu einer normalen Herzfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Thiaminquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1222	20

▼ **M9**

Unverdauliche Kohlenhydrate	Der Verzehr von Lebensmitteln/Getränken, die anstelle von Zucker <Bezeichnung aller verwendeten unverdaulichen Kohlenhydrate> enthalten, bewirkt, dass der Blutzuckerspiegel nach ihrem Verzehr weniger stark ansteigt als beim Verzehr von zuckerhaltigen Lebensmitteln/Getränken.	Damit die Angabe zulässig ist, sollten Zucker in Lebensmitteln oder Getränken durch unverdauliche Kohlenhydrate ersetzt werden, die im Dünndarm weder verdaut noch absorbiert werden, sodass der Zuckergehalt der Lebensmittel oder Getränke mindestens um den in der Angabe REDUZierter [NAME DES NÄHRSTOFFS]-Anteil gemäß dem Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 genannten Anteil reduziert ist.		2014;12(1):3513 2014;12(10):3838 2014;12(10):3839	
-----------------------------	---	--	--	---	--

▼ **B**

Vitamin A	Vitamin A trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-A-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1221	206
Vitamin A	Vitamin A trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-A-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 4702

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin A	Vitamin A trägt zur Erhaltung normaler Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-A-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 17, 4660, 4702
Vitamin A	Vitamin A trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-A-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	16, 4239, 4701
Vitamin A	Vitamin A trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-A-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1222 2011;9(4):2021	14, 200, 1462
Vitamin A	Vitamin A hat eine Funktion bei der Zellspezialisierung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-A-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1221	14
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1223	99, 190
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):4114	96, 103, 106
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1223	92, 101
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1223	107
Vitamin B12	Vitamin B12 trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):4114	108
Vitamin B12	Vitamin B12 hat eine Funktion bei der Zellteilung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B12-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1223 2010;8(10):1756	93, 212

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zu einer normalen Cystein-Synthese bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1759	4283
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1759	75, 214
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1225	66
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1759	73, 76, 199
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zu einem normalen Eiweiß- und Glycogenstoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1225	65, 70, 71
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1759	77

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zur normalen Bildung roter Blutkörperchen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1225	67, 72, 186
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1225	68
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1759	78
Vitamin B6	Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-B6-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1225	69
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems während und nach intensiver körperlicher Betätigung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, deren Verzehr eine tägliche Aufnahme von 200 mg Vitamin C gewährleistet. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn zusätzlich zu der empfohlenen Tagesdosis an Vitamin C täglich 200 mg eingenommen werden.		2009; 7(9):1226	144
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	130, 131, 149

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Knochen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion des Zahnfleisches bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	131, 136, 149
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	131, 137, 149
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Zähne bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	135, 2334, 3196

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	133
Vitamin C	Vitamin C trägt zur normalen psychischen Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1815	140
Vitamin C	Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	134, 4321
Vitamin C	Vitamin C trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	129, 138, 143, 148, 3331
Vitamin C	Vitamin C trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1815	139, 2622

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin C	Vitamin C trägt zur Regeneration der reduzierten Form von Vitamin E bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1815	202
Vitamin C	Vitamin C erhöht die Eisenaufnahme	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-C-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1226	132, 147
Vitamin D	Vitamin D trägt zu einer normalen Aufnahme/Verwertung von Calcium und Phosphor bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1227	152, 157, 215
Vitamin D	Vitamin D trägt zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1227 2011;9(6):2203	152, 157 215

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin D	Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1227	150, 151, 158, 350
Vitamin D	Vitamin D trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010; 8(2):1468	155
Vitamin D	Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Zähne bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1227	151, 158
Vitamin D	Vitamin D trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010; 8(2):1468	154, 159

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Vitamin D	Vitamin D hat eine Funktion bei der Zellteilung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-D-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1227	153
Vitamin E	Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-E-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1816	160, 162, 1947
Vitamin K	Vitamin K trägt zu einer normalen Blutgerinnung bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-K-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7 (9):1228	124, 126
Vitamin K	Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Vitamin-K-Quelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7 (9):1228	123, 127, 128, 2879

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Walnüsse	Walnüsse tragen dazu bei, die Elastizität der Blutgefäße zu verbessern	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die eine tägliche Verzehrsmenge von 30 g Walnüssen gewährleisten. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einem täglichen Verzehr von 30 g Walnüssen einstellt.		2011;9(4):2074	1155, 1157
Wasser	Wasser trägt zur Erhaltung normaler körperlicher und kognitiver Funktionen bei	Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass täglich mindestens 2,0 l Wasser (aus allen Quellen) verzehrt werden sollten, um die angegebene Wirkung zu erzielen.	Die Angabe darf nur für Wasser verwendet werden, das den Anforderungen der Richtlinien 2009/54/EG und/oder 98/83/EG genügt.	2011;9(4):2075	1102, 1209, 1294, 1331
Wasser	Wasser trägt zur Erhaltung einer normalen Regulierung der Körpertemperatur bei	Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass täglich mindestens 2,0 l Wasser (aus allen Quellen) verzehrt werden sollten, um die angegebene Wirkung zu erzielen.	Die Angabe darf nur für Wasser verwendet werden, das den Anforderungen der Richtlinien 2009/54/EG und/oder 98/83/EG genügt.	2011;9(4):2075	1208
Weizenkleie	Weizenkleie trägt zur Beschleunigung der Darmpassage bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an diesem Ballaststoff gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe HOHER BALLASTSTOFFGEHALT haben. Damit die Angabe zulässig ist, sind die Verbraucher darüber zu unterrichten, dass sich die positive Wirkung bei einer täglichen Aufnahme von mindestens 10 g Weizenkleie einstellt.		2010;8(10):1817	828, 839, 3067, 4699
Weizenkleie	Weizenkleie trägt zur Erhöhung des Stuhlvolumens bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an diesem Ballaststoff gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe HOHER BALLASTSTOFFGEHALT haben.		2010;8(10):1817	3066

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Zink	Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	360
Zink	Zink trägt zu einem normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	382
Zink	Zink trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	296
Zink	Zink trägt zu einer normalen DNA-Synthese bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	292, 293, 1759
Zink	Zink trägt zu einer normalen Fruchtbarkeit und einer normalen Reproduktion bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	297, 300
Zink	Zink trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	2890

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Zink	Zink trägt zu einem normalen Fettsäurestoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	302
Zink	Zink trägt zu einem normalen Vitamin-A-Stoffwechsel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	361
Zink	Zink trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	293, 4293
Zink	Zink trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	295, 1756
Zink	Zink trägt zur Erhaltung normaler Haare bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	412
Zink	Zink trägt zur Erhaltung normaler Nägel bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	412

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Zink	Zink trägt zur Erhaltung normaler Haut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	293
Zink	Zink trägt zur Erhaltung eines normalen Testosteronspiegels im Blut bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2010;8(10):1819	301
Zink	Zink trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	361
Zink	Zink trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	291, 1757
Zink	Zink trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	294, 1758

▼ B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Zink	Zink hat eine Funktion bei der Zellteilung	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die die Mindestanforderungen an eine Zinkquelle gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe [NAME DES VITAMINS/DER VITAMINE] UND/ODER [NAME DES MINERALSTOFFS/DER MINERALSTOFFE]-QUELLE erfüllen.		2009; 7(9):1229	292, 293, 1759
Zuckerrübenfasern	Zuckerrübenfasern tragen zur Erhöhung des Stuhlvolumens bei	Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die einen hohen Gehalt an diesem Ballaststoff gemäß der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe HOHER BALLASTSTOFFGEHALT haben.		2011;9(12):2468	
Zuckerersatzstoffe, d. h. stark süßende Verbindungen; Xylit, Sorbit, Mannit, Maltit, Lactit, Isomalt, Erythrit, Sucralose und Polydextrose; D-Tagatose und Isomaltulose	Der Verzehr von Lebensmitteln/Getränken, die anstelle von Zucker <name of sugar replacer> (*) enthalten, bewirkt, dass der Blutzuckerspiegel nach ihrem Verzehr weniger stark ansteigt als beim Verzehr von zuckerhaltigen Lebensmitteln/Getränken	Damit die Angabe zulässig ist, sollten Zuckerarten im Lebensmittel bzw. Getränk durch Zuckerersatzstoffe, d. h. stark süßende Verbindungen, Xylit, Sorbit, Mannit, Maltit, Lactit, Isomalt, Erythrit, Sucralose oder Polydextrose bzw. durch eine Kombination dieser Stoffe ersetzt werden, so dass der Zuckergehalt des Lebensmittels bzw. Getränks mindestens um den in der Angabe REDUZIERTER [NAME DES NÄHRSTOFFS]-Anteil gemäß dem Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 genannten Anteil reduziert ist. Mit D-Tagatose und Isomaltulose sollten vergleichbare Anteile anderer Zuckerarten im gleichen Verhältnis wie in der im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführten Angabe REDUZIERTER [NAME DES NÄHRSTOFFS]-Anteil ersetzt werden.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920 4298
Zuckerersatzstoffe, d. h. stark süßende Verbindungen; Xylit, Sorbit, Mannit, Maltit, Lactit, Isomalt, Erythrit, Sucralose und Polydextrose; D-Tagatose und Isomaltulose	Der Verzehr von Lebensmitteln/Getränken, die anstelle von Zucker <name of sugar replacer> (**) enthalten, trägt zur Erhaltung der Zahnmineralisierung bei	Damit die Angabe zulässig ist, sollten Zuckerarten in Lebensmitteln bzw. Getränken (die den pH-Wert des Zahnbelags unter 5,7 absenken) durch Zuckerersatzstoffe, d. h. stark süßende Verbindungen, Xylit, Sorbit, Mannit, Maltit, Lactit, Isomalt, Erythrit, D-tagatose, Isomaltulose, Sucralose oder Polydextrose bzw. durch eine Kombination aus diesen Stoffen ersetzt werden, und zwar in solchen Anteilen, dass der Verzehr dieser Lebensmittel bzw. Getränke den pH-Wert des Zahnbelags während des Verzehrs und bis 30 Minuten nach dem Verzehr nicht unter 5,7 absenkt.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300 1134, 1167, 1283

▼ M4

▼ B

▼B

Nährstoff, Substanz, Lebensmittel oder Lebensmittelkategorie	Angabe	Bedingungen für die Verwendung der Angabe	Bedingungen und/oder Beschränkungen hinsichtlich der Verwendung des Lebensmittels und/oder zusätzliche Erklärungen oder Warnungen	Nummer im EFSA Journal	Nummer des Eintrags in der konsolidierten Liste, die der EFSA zur Bewertung vorgelegt wurde
Zuckerfreier Kaugummi	Zuckerfreier Kaugummi trägt zur Erhaltung der Zahnmineralisierung bei	Die Angabe darf nur für Kaugummi verwendet werden, der den Verwendungsbedingungen für die im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführte nährwertbezogene Angabe ZUCKERFREI entspricht. Unterrichtung der Verbraucher, dass sich die positive Wirkung bei mindestens 20-minütigem Kauen nach dem Essen oder Trinken einstellt.		2009; 7(9):1271 2011;9(4):2072 2011;9(6):2266	1151, 1154 486, 562, 1181
Zuckerfreier Kaugummi	Zuckerfreier Kaugummi trägt zur Neutralisierung der Säuren des Zahnbelags bei	Die Angabe darf nur für Kaugummi verwendet werden, der den Verwendungsbedingungen für die im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführte nährwertbezogene Angabe ZUCKERFREI entspricht. Unterrichtung der Verbraucher, dass sich die positive Wirkung bei mindestens 20-minütigem Kauen nach dem Essen oder Trinken einstellt.		2009; 7(9):1271 2011;6(6):2266	1150 485
Zuckerfreier Kaugummi	Zuckerfreier Kaugummi trägt zur Verringerung von Mundtrockenheit bei	Die Angabe darf nur für Kaugummi verwendet werden, der den Verwendungsbedingungen für die im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführte nährwertbezogene Angabe ZUCKERFREI entspricht. Unterrichtung der Verbraucher, dass sich die positive Wirkung einstellt, wenn der Kaugummi jedes Mal bei Trockenheitsgefühl im Mund verwendet wird.		2009; 7(9):1271	1240
Zuckerfreier Kaugummi mit Carbamid	Zuckerfreier Kaugummi mit Carbamid neutralisiert die Säuren des Zahnbelags wirksamer als zuckerfreier Kaugummi ohne Carbamid	Die Angabe darf nur für Kaugummi verwendet werden, der den Verwendungsbedingungen für die im Anhang der Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführte nährwertbezogene Angabe ZUCKERFREI entspricht. Damit die Angabe zulässig ist, sollte jedes Stück zuckerfreier Kaugummi mindestens 20 mg Carbamid enthalten. Unterrichtung der Verbraucher, dass der Kaugummi nach dem Essen oder Trinken mindestens 20 Minuten lang gekaut werden sollte.		2011;9(4):2071	1153

(*) Im Fall von D-Tagatose und Isomaltulose muss es hier „andere Zuckerarten“ heißen

(**) Im Fall von D-Tagatose und Isomaltulose muss es hier „andere Zuckerarten“ heißen

▼ **B**

- ▶ **M2** (***) Zugelassen am 24.9.2013, für einen Zeitraum von fünf Jahren beschränkt auf die Verwendung durch GlaxoSmithKline Services Unlimited und die dazugehörigen Tochterunternehmen, GSK House, 980 Great West Road, Brentford, TW89GS, Vereinigtes Königreich.
- (****) Zugelassen am 24.9.2013, für einen Zeitraum von fünf Jahren beschränkt auf die Verwendung durch Mondelēz International group, Three Parkway North Deerfield, IL 60015, USA. ◀
- ▶ **M7** (*****) Zugelassen am 24. September 2013, für einen Zeitraum von fünf Jahren beschränkt auf die Verwendung durch Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgien.
- (*****) Zugelassen am 21. April 2015, für einen Zeitraum von fünf Jahren beschränkt auf die Verwendung durch Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgien. ◀
- ▶ **M8** (*****) Zugelassen am 1. Januar 2016, für einen Zeitraum von fünf Jahren beschränkt auf die Verwendung durch BENE-Orafti S.A., Rue L. Maréchal 1, B-4360 Oreye, Belgien. ◀
- ▶ **M10** (*****) Vom 21. Juli 2016 bis zum 14. September 2019 darf der Energiegehalt der Lebensmittel nicht weniger als 200 kcal (840 kJ) und nicht mehr als 400 kcal (1 680 kJ) betragen.
- (*****) Vom 21. Juli 2016 bis zum 14. September 2019 muss das Lebensmittel je Mahlzeit mindestens 30 % der Mengen an Vitaminen und Mineralstoffen enthalten, die in der nachstehenden Tabelle angegeben sind:

Vitamin A	(µg Retinol-Äquivalent)	700
Vitamin D	(µg)	5
Vitamine E	(mg)	10
Vitamin C	(mg)	45
Thiamin	(mg)	1,1
Riboflavin	(mg)	1,6
Niacin	(mg Nicotinsäureamid-Äquivalent)	18
Vitamin B ₆	(mg)	1,5
Folat	(µg)	200
Vitamin B ₁₂	(µg)	1,4
Biotin	(µg)	15
Pantothensäure	(mg)	3
Calcium	(mg)	700
Phosphor	(mg)	550
Eisen	(mg)	16
Zink	(mg)	9,5
Kupfer	(mg)	1,1
Jod	(µg)	130
Selen	(µg)	55
Natrium	(mg)	575
Magnesium	(mg)	150
Mangan	(mg)	1

- ▶ **M11** (*****) Vom 21. Juli 2016 bis zum 14. September 2019 muss die Kaliummenge in einem Lebensmittel je Mahlzeit mindestens 500 mg betragen. ◀
- (*****) 1-Repetition-Maximum bezeichnet das Maximalgewicht, das eine Person bei einer Übungsausführung heben kann, bzw. die Maximalkraftleistung. ◀