

32012R0432

25.5.2012.

SLUŽBENI LIST EUROPSKE UNIJE

L 136/1

UREDBA KOMISIJE (EU) br. 432/2012**od 16. svibnja 2012.****o utvrđivanju popisa dopuštenih zdravstvenih tvrdnji koje se navode na hrani, osim onih koje se odnose na smanjenje rizika od bolesti te na razvoj i zdravlje djece****(Tekst značajan za EGP)**

EUROPSKA KOMISIJA,

uzimajući u obzir Ugovor o funkcioniranju Europske unije,

uzimajući u obzir Uredbu (EZ) br. 1924/2006 Europskog parlamenta i Vijeća od 20. prosinca 2006. o prehrambenim i zdravstvenim tvrdnjama koje se navode na hrani ⁽¹⁾, a posebno njezin članak 13. stavak 3.,

budući da:

- (1) U skladu s člankom 10. stavkom 1. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 zabranjene su zdravstvene tvrdnje koje se navode na hrani, osim ako ih je odobrila Komisija u skladu s tom Uredbom i ako su uvrštene na popis dopuštenih tvrdnji.
- (2) Člankom 13. stavkom 2. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 utvrđuje se da države članice moraju najkasnije do 31. siječnja 2008. dostaviti Komisiji nacionalne popise zdravstvenih tvrdnji koje se navode na hrani, kako je navedeno u članku 13. stavku 1. te Uredbe. Uz nacionalne popise tvrdnji moraju biti priloženi uvjeti koji se na njih primjenjuju te upućivanja na relevantno znanstveno obrazloženje.
- (3) Člankom 13. stavkom 3. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 utvrđuje se da Komisija, nakon savjetovanja s Europskom agencijom za sigurnost hrane (dalje u tekstu: Agencija), najkasnije do 31. siječnja 2010. mora usvojiti popis dopuštenih zdravstvenih tvrdnji koje se navode na hrani, kako je navedeno u članku 13. stavku 1. te Uredbe, kao i sve potrebne uvjete za uporabu tih tvrdnji.

(4) Komisija je 31. siječnja 2008. primila od država članica popise s više od 44 000 zdravstvenih tvrdnji. Pregledom nacionalnih popisa pokazalo se da, zbog brojnih dupliranja i nakon rasprave s državama članicama, postoji potreba da se od nacionalnih popisa sastavi pročišćeni popis tvrdnji za koje Agencija treba dati znanstveno mišljenje (dalje u tekstu: pročišćeni popis) ⁽²⁾.

(5) Dana 24. srpnja 2008. Komisija je Agenciji službeno uputila zahtjev za znanstvenim mišljenjem u skladu s člankom 13. stavkom 3. Uredbe (EZ) br. 1924/2006, zajedno s opisom posla i prvim dijelom pročišćenog popisa. Ostali dijelovi pročišćenog popisa dostavljeni su u studenome i prosincu 2008. Komisija je dovršila pročišćeni popis Dodatkom, koji je poslan Agenciji 12. ožujka 2010. Države članice su naknadno povukle neke tvrdnje iz pročišćenog popisa prije nego što ih je Agencija ocijenila. Agencija je završila svoje znanstveno ocjenjivanje objavom svojih mišljenja između listopada 2009. i srpnja 2011. ⁽³⁾.

(6) Agencija je u svojoj ocjeni utvrdila da su neke predložene tvrdnje obuhvaćale više različitih učinaka ili da se više tvrdnji odnosilo na isti učinak. Stoga određena zdravstvena tvrdnja obuhvaćena ovom Uredbom može predstavljati jedan ili više unosa u pročišćenom popisu.

(7) Agencija je za određeni broj zdravstvenih tvrdnji zaključila da je na temelju dostavljenih podataka uspostavljena uzročno-posljedična veza između određene kategorije hrane, određene hrane ili jednog od njezinih sastojaka i učinka koji se prema tvrdnji postiže. Zdravstvene tvrdnje koje odgovaraju tim zaključcima i ispunjavaju zahtjeve iz Uredbe (EZ) br. 1924/2006 treba odobriti na temelju članka 13. stavka 3. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 te uvrstiti na popis dopuštenih tvrdnji.

⁽¹⁾ SL L 404, 30.12.2006., str. 9.

⁽²⁾ <http://www.efsa.europa.eu/en/ndaclaims13/docs/ndaclaims13.zip>.

⁽³⁾ <http://www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/article13.htm>.

- (8) Člankom 13. stavkom 3. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 utvrđuje se da se uz odobrene zdravstvene tvrdnje moraju navesti i svi potrebni uvjeti (uključujući ograničenja) za njihovu uporabu. U skladu s tim, popis dopuštenih tvrdnji treba uključivati tekst tvrdnji i posebne uvjete korištenja tvrdnji te, prema potrebi, uvjete ili ograničenja korištenja i/ili dodatnu izjavu ili upozorenje, u skladu s pravilima utvrđenima u Uredbi (EZ) br. 1924/2006 i u skladu s mišljenjima Agencije.
- (9) Jedan od ciljeva Uredbe (EZ) br. 1924/2006 jest osigurati da zdravstvene tvrdnje budu istinite, jasne, pouzdane i korisne potrošaču. U tom smislu treba uzeti u obzir tekst i predstavljanje takvih tvrdnji. Ako tekst nekih tvrdnji ima za potrošače isto značenje kao tekst dopuštene zdravstvene tvrdnje jer upućuje na isti odnos između određene kategorije hrane, određene hrane ili jednog od njezinih sastojaka i zdravlja, za dotične tvrdnje trebaju vrijediti isti uvjeti korištenja kao što su navedeni za dopuštene zdravstvene tvrdnje.
- (10) Komisija je utvrdila da među tvrdnjama dostavljenima na ocjenjivanje postoji cijeli niz tvrdnji koje se odnose na učinku bilja ili biljnih tvari, općenito poznatih kao „botaničke” tvari, za koje Agencija još nije dovršila znanstveno ocjenjivanje. Osim toga, postoji određeni broj zdravstvenih tvrdnji koje je potrebno dodatno ocijeniti prije nego što Komisija može odlučiti hoće li ih uvrstiti na popis dopuštenih tvrdnji, odnosno onih koje su već ocijenjene, ali za koje, zbog drugih opravdanih razloga, Komisija u ovom trenutku ne može dovršiti razmatranje.
- (11) Tvrdnje za koje Agencija još nije završila ocjenjivanje ili o kojima Komisija još nije dovršila razmatranje bit će objavljene na internetskoj stranici Komisije⁽¹⁾ i mogu se nastaviti koristiti u skladu s člankom 28. stavcima 5. i 6. Uredbe (EZ) br. 1924/2006.
- (12) U skladu s člankom 6. stavkom 1. i člankom 13. stavkom 1. Uredbe (EZ) br. 1924/2006, zdravstvene tvrdnje se trebaju temeljiti na općeprihvaćenim znanstvenim dokazima. Prema tomu, ne bi trebalo odobriti zdravstvene tvrdnje čiju znanstvenu utemeljenost Agencija nije pozitivno ocijenila jer nije zaključeno da je utvrđena uzročno-posljedična veza između određene kategorije hrane, određene hrane ili jedne od njezinih sastojaka i učinka koji se prema tvrdnji postiže. Odobrenje se također može s pravom uskratiti ako zdravstvene tvrdnje, čak i one za koje je Agencija dala pozitivnu znanstvenu ocjenu, ne ispunjavaju druge opće i posebne zahtjeve Uredbe (EZ) br. 1924/2006. Ne bi se trebale koristiti zdravstvene tvrdnje koje nisu u skladu s općeprihvaćenim prehrambenim i zdravstvenim načelima. Agencija je za jednu tvrdnju⁽²⁾ o učinku masti na normalnu apsorpciju vitamina topivih u mastima i jednu tvrdnju⁽³⁾ o učinku natrija na održavanje normalne mišićne funkcije zaključila da je utvrđena uzročno-posljedična veza. Međutim, kad bi se te tvrdnje koristile, potrošaču bi se slala proturječna i zbunjujuća poruka jer bi se poticala potrošnja navedenih hranjivih tvari za koje, na temelju općeprihvaćenih znanstvenih mišljenja, europska, nacionalna i međunarodna tijela informiraju potrošača da njihov unos treba smanjiti. Stoga te dvije tvrdnje nisu u skladu s točkom (a) drugog stavka članka 3. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 koja predviđa da tvrdnje ne smiju biti dvosmislene ili obmanjujuće. Nadalje, čak i kad bi dotične zdravstvene tvrdnje bile odobrene jedino uz posebne uvjete uporabe i/ili bile popraćene dodatnim izjavama ili upozorenjima, to ne bi bilo dovoljno da smanji zbunjenost kod potrošača te ove tvrdnje stoga ne bi trebalo odobriti.
- (13) Ovu bi Uredbu trebalo početi primjenjivati šest mjeseci nakon dana njezina stupanja na snagu kako bi se subjekti u poslovanju s hranom mogli prilagoditi njezinim zahtjevima, uključujući i zabranu, u skladu s člankom 10. stavkom 1. Uredbe (EZ) br. 1924/2006, onih zdravstvenih tvrdnji koje Agencija još nije ocijenila i koje Komisija još nije razmotrila.
- (14) Člankom 20. stavkom 1. Uredbe (EZ) br. 1924/2006 utvrđuje se da Komisija uspostavlja i vodi registar Unije s prehrambenim i zdravstvenim tvrdnjama koje se navode na hrani, dalje u tekstu „Registar”. Registar će sadržavati sve odobrene tvrdnje i, između ostalog, uvjete uporabe koji se na njih primjenjuju. Registar će sadržavati i popis odbijenih zdravstvenih tvrdnji i razloge njihovog odbijanja.
- (15) Zdravstvene tvrdnje koje su države članice povukle neće biti uvrštene na popis odbijenih tvrdnji u Registru Unije. Registar će se ažurirati periodično i, ovisno o slučaju, prema tome kako se bude razvijao postupak za one zdravstvene tvrdnje koje Agencija još nije ocijenila i/ili koje Komisija još nije razmotrila.
- (16) Pri utvrđivanju mjera predviđenih ovom Uredbom na odgovarajući su način uzete u obzir primjedbe i stajališta predstavnika javnosti i zainteresiranih dionika koje je primila Komisija.
- (17) Dodavanje tvari hrani ili uporaba tvari u hrani, kao i svrstavanje proizvoda u hranu ili lijekove, uređeno je posebnim zakonodavstvom Unije i posebnim nacionalnim zakonodavstvom. Odluka koja se u skladu s Uredbom (EZ) br. 1924/2006 donese o nekoj zdravstvenoj tvrdnji, kao što je uvrštavanje na popis dopuštenih tvrdnji iz njezinog članka 13. stavka 3., ne

⁽¹⁾ http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/claims/index_en.htm.

⁽²⁾ Odgovara stavkama ID 670 i ID 2902 pročišćenog popisa.

⁽³⁾ Odgovara stavci ID 359 pročišćenog popisa.

predstavlja odobrenje za stavljanje u promet tvari na koju se odnosi tvrdnja, odluku o tome može li se tvar koristiti u hrani ili odluku da se određeni proizvod svrstava u hranu.

- (18) Mjere predviđene ovom Uredbom u skladu su s mišljenjem Stalnog odbora za prehrambeni lanac i zdravlje životinja, a nije im se usprotivio ni Europski parlament ni Vijeće,

DONIJELA JE OVU UREDBU:

Članak 1.

Dopuštene zdravstvene tvrdnje

1. Popis zdravstvenih tvrdnji koje se smiju navoditi na hrani, kako je navedeno u članku 13. stavku 3. Uredbe (EZ) br. 1924/2006, utvrđen je u Prilogu ovoj Uredbi.

2. Zdravstvene tvrdnje iz stavka 1. mogu se navoditi na hrani u skladu s uvjetima koji su utvrđeni u Prilogu.

Članak 2.

Stupanje na snagu i primjena

Ova Uredba stupa na snagu dvadesetog dana od dana objave u *Službenom listu Europske unije*.

Primjenjuje se od 14. prosinca 2012.

Ova je Uredba u cijelosti obvezujuća i izravno se primjenjuje u svim državama članicama.

Sastavljeno u Bruxellesu 16. svibnja 2012.

Za Komisiju
Predsjednik
José Manuel BARROSO

POPIS DOPUŠTENIH ZDRAVSTVENIH TVRDNJI

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Aktivni ugljen	Aktivni ugljen doprinosi smanjenju pretjerane nadutosti nakon jela	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži 1 g aktivnog ugljena po količinski utvrđenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže ako se 1 g tvari uzme najmanje 30 minuta prije obroka i 1 g tvari kratko nakon obroka.		2011;9(4):2049	1938
Alfa-linolenska kiselina (ALA)	ALA doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine ALA koja je navedena u tvrdnji IZVOR OMEGA-3 MASNIH KISELINA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom od 2 g ALA.		2009;7(9):1252 2011;9(6):2203	493, 568
Arabinoksilan proizveden iz endosperma pšenice	Uzimanje arabinoksilana kao dijela obroka doprinosi smanjenju porasta glukoze u krvi nakon tog obroka	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 8 g arabinoksilanom (AX) bogatih vlakana proizvedenih iz endosperma pšenice (s masenim udjelom od najmanje 60 % AX) na 100 g raspoloživih ugljikohidrata u količinski određenoj porciji kao dijelu obroka. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem arabinoksilanom (AX) bogatih vlakana proizvedenih iz endosperma kao dijela obroka.		2011;9(6):2205	830
Vlakna zrna ječma	Vlakna zrna ječma doprinose povećanju volumena stolice	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata tim vlaknima kako je navedeno u tvrdnji VISOKOOBOGAĆENO VLAKNIMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(6):2249	819
Beta-glukani	Beta-glukani doprinose održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 1 g beta-glukana iz zobi, mekinja zobi, ječma, mekinja ječma ili iz mješavine tih izvora po količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 3 g beta-glukana iz zobi, mekinja zobi, ječma, mekinja ječma ili iz mješavine ovih beta-glukana.		2009;7(9):1254 2011;9(6):2207	754, 755, 757, 801, 1465, 2934, 1236, 1299

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrđnja	Uvjeti korištenja tvrđnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Beta glukani iz zobi i ječma	Uzimanje beta glukana iz zobi ili ječma kao dijela obroka doprinosi smanjenju porasta glukoze u krvi nakon tog obroka	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 4 g beta-glukana iz zobi i ječma za svakih 30 g raspoloživih ugljikohidrata u količinski određenoj porciji kao dijelu obroka. Za korištenje tvrđnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem beta-glukana iz zobi i ječma kao dijela obroka.		2011;9(6):2207	821, 824
Betain	Betain doprinosi normalnom metabolizmu homocisteina	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 500 mg betaina po količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrđnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom od 1,5 g betaina.	Za korištenje tvrđnje potrošaču treba dati informaciju da dnevni unos veći od 4 g može značajno povišiti razinu kolesterola u krvi.	2011;9(4):2052	4325
Biotin	Biotin doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1209	114, 117
Biotin	Biotin doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1209	116
Biotin	Biotin doprinosi normalnom metabolizmu makronutrijenata	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1209 2010;8(10):1728	113, 114, 117, 4661

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Biotin	Biotin doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1728	120
Biotin	Biotin doprinosi održavanju zdrave kose	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1209 2010;8(10):1728	118, 121, 2876
Biotin	Biotin doprinosi održavanju normalnih sluznica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1209	115
Biotin	Biotin doprinosi održavanju zdrave kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine biotina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1209 2010;8(10):1728	115, 121
Kalcij	Kalcij doprinosi normalnom zgrušavanju krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210	230, 236
Kalcij	Kalcij doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210	234
Kalcij	Kalcij doprinosi normalnoj mišićnoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210	226, 230, 235

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Kalcij	Kalcij doprinosi normalnom prijenosu živčanih impulsa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210	227, 230, 235
Kalcij	Kalcij doprinosi normalnoj funkciji probavnih enzima	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210	355
Kalcij	Kalcij ima ulogu u procesu dijeljenja i diferencijacije stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1725	237
Kalcij	Kalcij je potreban za održavanje normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210 2009;7(9):1272 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 350, 354, 2731, 3155, 4311, 4312, 4703 4704
Kalcij	Kalcij je potreban za održavanje normalnih zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalcija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1210 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 231, 2731, 3099, 3155, 4311, 4312, 4703 4704
Otopine ugljikohidrata i elektrolita	Otopine ugljikohidrata i elektrolita doprinose održavanju izdržljivosti tijekom duljih tjelesnih napora	Za korištenje tvrdnje, otopine ugljikohidrata i elektrolita trebaju sadržavati 80-350 kcal/L iz ugljikohidrata i najmanje 75 % energije treba biti iz ugljikohidrata koji izazivaju snažan glikemički odgovor, poput glukoze, polimera glukoze i saharoze. Osim toga, ti napici trebaju sadržavati između 20 mmol/L (460 mg/L) i 50 mmol/L (1,150 mg/L) natrija i imati osmolalnost između 200 i 330 mOsm/kg vode.		2011;9(6):2211	466, 469

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Otopine ugljikohidrata i elektrolita	Otopine ugljikohidrata i elektrolita pojačavaju apsorpciju vode tijekom tjelovježbe	Za korištenje tvrdnje otopine ugljikohidrata i elektrolita trebaju sadržavati 80-350 kcal/L iz ugljikohidrata i najmanje 75 % energije treba biti iz ugljikohidrata koji izazivaju snažan glikemički odgovor, poput glukoze, polimera glukoze i saharoze. Osim toga, ti napici trebaju sadržavati između 20 mmol/L (460 mg/L) i 50 mmol/L (1,150 mg/L) natrija i imati osmolalnost između 200 i 330 mOsm/kg vode.		2011;9(6):2211	314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309
Hitozan	Hitozan doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 3 g hitozana. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 3 g hitozana.		2011;9(6):2214	4663
Klorid	Klorid doprinosi normalnoj probavi proizvodnjom klorovodične kiseline u želucu	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine klorida koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.	Tvrdnja se ne smije koristiti za klorid čiji je izvor natrijev klorid.	2010;8(10):1764	326
Kolin	Kolin doprinosi normalnom metabolizmu homocisteina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 82,5 mg kolina na 100 g ili 100 ml ili u pojedinačnoj porciji hrane.		2011;9(4):2056	3090
Kolin	Kolin doprinosi normalnom metabolizmu lipida	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 82,5 mg kolina na 100 g ili 100 ml ili u pojedinačnoj porciji hrane.		2011;9(4):2056	3186
Kolin	Kolin doprinosi održavanju normalne funkcije jetre	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 82,5 mg kolina na 100 g ili 100 ml ili u pojedinačnoj porciji hrane.		2011;9(4):2056, 2011;9(6):2203	1501 712, 1633
Krom	Krom doprinosi normalnom metabolizmu makronutrijenata	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine trovalentnog kroma koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1732	260, 401, 4665, 4666, 4667

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Krom	Krom doprinosi održavanju normalne razine glukoze u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine trovalentnog kroma koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1732 2011;9(6):2203	262, 4667, 4698
Bakar	Bakar doprinosi održavanju normalnih vezivnih tkiva	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211	265, 271, 1722
Bakar	Bakar doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211 2011;9(4):2079	266, 1729
Bakar	Bakar doprinosi normalnoj funkciji živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211 2011;9(4):2079	267, 1723
Bakar	Bakar doprinosi normalnoj pigmentaciji kose	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211	268, 1724
Bakar	Bakar doprinosi normalnom prijenosu željeza u tijelu	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211	269, 270, 1727
Bakar	Bakar doprinosi normalnoj pigmentaciji kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211	268, 1724

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Bakar	Bakar doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211 2011;9(4):2079	264, 1725
Bakar	Bakar doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bakra koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1211	263, 1726
Kreatin	Kreatin povećava tjelesne mogućnosti u uzastopnim kratkotrajnim vježbama velikog intenziteta	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 3 g kreatina. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 3 g kreatina.	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu namijenjenu odraslima koji provode tjele-vježbu velikog intenziteta.	2011;9(7):2303	739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924
Dokozaheksaenska kiselina (DHA)	DHA doprinosi održavanju normalne funkcije mozga	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 40 mg DHA na 100 g i na 100 kcal. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 250 mg DHA.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	565, 626, 631, 689, 704, 742, 3148, 690, 3151, 497, 501, 510, 513, 519, 521, 534, 540, 688, 1323, 1360, 4294
Dokozaheksaenska kiselina (DHA)	DHA doprinosi održavanju normalnog vida	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 40 mg DHA na 100 g i na 100 kcal. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 250 mg DHA.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	627, 632, 743, 3149, 2905, 508, 510, 513, 519, 529, 540, 688, 4294
Eikozapentaenska i dokozaheksaenska kiselina (EPA/DHA)	EPA i DHA doprinose normalnoj funkciji srca	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine EPA i DHA koja je navedena u tvrdnji IZVOR OMEGA-3 MASNIH KISELINA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 250 mg EPA i DHA.		2010;8(10):1796 2011;9(4):2078	504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Fluorid	Fluorid doprinosi održavanju mineralizacije zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine fluora koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1212 2010;8(10):1797	275, 276, 338, 4238
Folat	Folna kiselina doprinosi rastu majčinog tkiva tijekom trudnoće	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1213	2882
Folat	Folat doprinosi normalnoj sintezi aminokiselina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1760	195, 2881
Folat	Folat doprinosi normalnom stvaranju krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1213	79
Folat	Folat doprinosi normalnom metabolizmu homocisteina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1213	80
Folat	Folat doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1760	81, 85, 86, 88
Folat	Folat doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1213	91

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrđnja	Uvjeti korištenja tvrđnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Folat	Folat doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1760	84
Folat	Folat ima ulogu u procesu dijeljenja stanica	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine folata koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1213 2010;8(10):1760	193, 195, 2881
Hrana s niskim ili smanjenim sadržajem zasićenih masnih kiselina	Smanjenje unosa zasićenih masti doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja ima nizak sadržaj zasićenih masnih kiselina kako je navedeno u tvrdnji S NISKIM SADRŽAJEM ZASIĆENIH MASTI ili smanjen sadržaj zasićenih masnih kiselina kako je navedeno u tvrdnji SMANJEN SADRŽAJ (NAZIV HRANJIVE TVARI) iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(4):2062	620, 671, 4332
Hrana s niskim ili smanjenim sadržajem natrija	Smanjenje unosa natrija doprinosi održavanju normalnog krvnog tlaka	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu s niskim sadržajem natrija/soli kako je navedeno u tvrdnji S MALOM KOLIČINOM NATRIJA/SOLI ili smanjenim sadržajem natrija/soli kako je navedeno u tvrdnji SMANJEN SADRŽAJ (NAZIV HRANJIVE TVARI) iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(6):2237	336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420
Glukomanan (konjak manan)	Glukomanan doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 4 g glukomanana. Za korištenje tvrđnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 4 g glukomanana.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine	2009;7(9):1258 2010;8(10):1798	836, 1560, 3100, 3217

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
			— savjet o uzimanju dovoljno tekućine kako bi tvar stigla do želuca.		
Glukomanan (konjak manan)	Glukomanan uz energetske restriktivnu dijetu doprinosi gubitku tjelesne težine	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži 1 g glukomanana po količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 3 g glukomanana u tri doze po 1 g, uzeto s 1 -2 čaše vode, prije obroka i u sklopu energetske restriktivne dijetete.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine — savjetovati da se uzima s mnogo vode kako bi tvar stigla do želuca.	2010;8(10):1798	854, 1556, 3725
Guar guma	Guar guma doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 10 g guar gume. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 10 g guar gume.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine — savjetovati da se uzima s mnogo vode kako bi tvar stigla do želuca.	2010;8(2):1464	808

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Hidroksipropil metilceluloza (HPMC)	Uzimanje hidroksipropil metilceluloze s obrokom doprinosi smanjenju porasta glukoze u krvi nakon tog obroka	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži 4 g HPMC-a po količinski određenoj porciji kao dijelu obroka. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem 4 g HPMC-a unutar obroka.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine — savjetovati da se uzima s mnogo vode kako bi tvar stigla do želuca.	2010;8(10):1739	814
Hidroksipropil metilceluloza (HPMC)	Hidroksipropil metilceluloza doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 5 g HPMC-a. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 5 g HPMC-a.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine — savjetovati da se uzima s mnogo vode kako bi tvar stigla do želuca.	2010;8(10):1739	815
Jod	Jod doprinosi normalnoj kognitivnoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine joda koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Jod	Jod doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine joda koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 402
Jod	Jod doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine joda koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273
Jod	Jod doprinosi održavanju zdrave kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine joda koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1214	370
Jod	Jod doprinosi normalnoj proizvodnji hormona štitnjače i normalnoj funkciji štitnjače	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine joda koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 1237
Željezo	Željezo doprinosi normalnoj kognitivnoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1215	253
Željezo	Željezo doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1215 2010;8(10):1740	251, 1589, 255
Željezo	Željezo doprinosi normalnom stvaranju crvenih krvnih stanica i hemoglobina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1215 2010;8(10):1740	249, 1589, 374, 2889

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Željezo	Željezo doprinosi normalnom prijenosu kisika u tijelu	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1215 2010;8(10):1740	250, 254, 256, 255
Željezo	Željezo doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1215	252, 259
Željezo	Željezo doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1740	255, 374, 2889
Željezo	Željezo ima ulogu u procesu dijeljenja stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine željeza koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1215	368
Enzim laktaza	Enzim laktaza poboljšava probavu laktoze u pojedinaца koji imaju poteškoća pri probavi laktoze	Tvrdnja se smije koristiti samo za dodatke prehrani, s minimalnom dozom od 4 500 FCC (Food Chemicals Codex) jedinica, s uputom za ciljnu populaciju da ih uzmu sa svakim obrokom koji sadrži laktozu.	Također, ciljnoj populaciji treba dati informaciju da je tolerancija laktoze varijabilna i da potraže savjet o ulozi te tvari u njihovoj prehrani.	2009;7(9):1236 2011;9(6):2203	1697, 1818, 1974
Laktuloza	Laktuloza doprinosi bržem prolasku crijevnog sadržaja	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži 10 g laktuloze u pojedinačnoj, količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem pojedinačne porcije od 10 g laktuloze dnevno.		2010;8(10):1806	807

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrđnja	Uvjeti korištenja tvrđnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Linolenska kiselina	Linolenska kiselina doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava najmanje 1,5 g linolenske kiseline (LA) na 100 g i na 100 kcal. Potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 10 g LA.		2009;7(9):1276 2011;9(6):2235	489, 2899
Žive kulture jogurta	Žive kulture u jogurtu ili fermentiranom mlijeku poboljšavaju probavu laktoze iz tog proizvoda u pojedinaca koji imaju poteškoća s probavom laktoze	Za korištenje tvrđnje jogurt ili fermentirano mlijeko treba sadržavati najmanje 10 ⁸ jedinica živih starter mikroorganizama koje tvore kolonije (<i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> i <i>Streptococcus thermophilus</i>) po gramu.		2010;8(10):1763	1143, 2976
Magnezij	Magnezij doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1807	244
Magnezij	Magnezij doprinosi ravnoteži elektrolita	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	238
Magnezij	Magnezij doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	240, 247, 248
Magnezij	Magnezij doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	242

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Magnezij	Magnezij doprinosi normalnoj funkciji mišića	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216 2010;8(10):1807	241, 380, 3083
Magnezij	Magnezij doprinosi normalnoj sintezi bjelančevina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	364
Magnezij	Magnezij doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1807	245, 246
Magnezij	Magnezij doprinosi održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	239
Magnezij	Magnezij doprinosi održavanju normalnih zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	239
Magnezij	Magnezij ima ulogu u procesu dijeljenja stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine magnezija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1216	365
Mangan	Mangan doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine mangana koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1217 2010;8(10):1808	311, 405

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Mangan	Mangan doprinosi održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine mangana koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1217	310
Mangan	Mangan doprinosi normalnom stvaranju vezivnog tkiva	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine mangana koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1808	404
Mangan	Mangan doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine mangana koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1217	309
Zamjenski obrok za kontrolu tjelesne težine	Zamjena jednog obroka dnevno u sklopu energetske restriktivne prehrane zamjenskim obrokom doprinosi održavanju tjelesne težine nakon gubitka tjelesne težine	Za korištenje tvrdnje, hrana treba odgovarati specifikacijama utvrđenima u Direktivi 96/8/EZ u vezi s prehranbenim proizvodima iz članka 1. stavka 2. točke (b) te Direktive. Kako bi se postigao učinak koji se navodi u tvrdnji, jedan obrok dnevno treba zamijeniti zamjenskim obrokom.		2010;8(2):1466	1418
Zamjenski obrok za kontrolu tjelesne težine	Zamjena dva obroka dnevno u sklopu energetske restriktivne prehrane zamjenskim obrokom doprinosi gubitku tjelesne težine	Za korištenje tvrdnje, hrana treba odgovarati specifikacijama utvrđenima u Direktivi 96/8/EZ u vezi s prehranbenim proizvodima iz članka 1. stavka 2. točke (b) te Direktive. Da bi se postigao učinak koji se navodi u tvrdnji, dva obroka dnevno treba zamijeniti zamjenskim obrocima.		2010;8(2):1466	1417
Meso ili riba	Meso ili riba doprinosi poboljšanju apsorpcije željeza kad se jede s drugom hranom koja sadrži željezo	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 50 g mesa ili ribe u pojedinačnoj, količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem 50 g mesa ili ribe zajedno s hranom koja sadrži nehemsko željezo.		2011;9(4):2040	1223

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Melatonin	Melatonin doprinosi ublažavanju subjektivnih osjećaja povezanih s promjenom vremenskih zona pri putovanju zrakoplovom	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži najmanje 0,5 mg melatonina po količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže minimalnim unosom 0,5 mg prije spavanja prvog dana putovanja te sljedećih nekoliko dana po dolasku na odredište.		2010;8(2):1467	1953
Melatonin	Melatonin doprinosi skraćanju vremena potrebnog da zaspite	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži 1 mg melatonina po količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem 1 mg melatonina kratko prije spavanja.		2011;9(6):2241	1698, 1780, 4080
Molibden	Molibden doprinosi normalnom metabolizmu aminokiselina koje sadrže sumpor	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine molibdena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1745	313
Monascus purpureous (crvena riža)	Monakolin K iz crvene riže doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 10 mg monakolina K iz crvene riže. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 10 mg monakolina K iz pripravaka fermentirane crvene riže.		2011;9(7):2304	1648, 1700
Jednostruko nezasićene i/ili višestruko nezasićene masne kiseline	Zamjena zasićenih masti u prehrani nezasićenim mastima doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi (jednostruko nezasićene i višestruko nezasićene masne kiseline su nezasićena mast)	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata nezasićenim masnim kiselinama, kako je navedeno u tvrdnji BOGATO NEZASIĆENIM MASNIM KISELINAMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(4):2069 2011;9(6):2203	621, 1190, 1203, 2906, 2910, 3065, 674, 4335
Niacin	Niacin doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine niacina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1224 2010;8(10):1757	43, 49, 54, 51

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Niacin	Niacin doprinosi normalnoj funkciji živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine niacina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1224	44, 53
Niacin	Niacin doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine niacina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1757	55
Niacin	Niacin doprinosi održavanju normalnih sluznica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine niacina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1224	45, 52, 4700
Niacin	Niacin doprinosi održavanju zdrave kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine niacina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1224 2010;8(10):1757	45, 48, 50, 52, 4700
Niacin	Niacin doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine niacina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1757	47
Vlakna zrna zobi	Vlakna zrna zobi doprinose povećanju volumena stolice	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata tim vlaknima, kako je navedeno u tvrdnji BOGATO VLAKNIMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(6):2249	822

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Oleinska kiselina	Zamjena zasićenih masti u prehrani nezasićenim mastima doprinosi održavanju normalne razine kolesterola u krvi. Oleinska kiselina je nezasićena mast.	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata nezasićenim masnim kiselinama kako je navedeno u tvrdnji BOGATO NEZASIĆENIM MASNIM KISELINAMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(4):2043	673, 728, 729, 1302, 4334
Polifenoli maslinovog ulja	Polifenoli maslinovog ulja doprinose zaštiti lipida u krvi od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za maslinovo ulje koje sadrži najmanje 5 mg hidroksitirozola i njegovih derivata (npr. oleoeuropein kompleks i tirozol) u 20 g maslinovog ulja. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 20 g maslinovog ulja.		2011;9(4):2033	1333, 1638, 1639, 1696, 2865
Pantotenska kiselina	Pantotenska kiselina doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine pantotenske kiseline koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1218	56, 59, 60, 64, 171, 172, 208
Pantotenska kiselina	Pantotenska kiselina doprinosi normalnoj sintezi i metabolizmu steroidnih hormona, vitamina D i nekih neurotransmitera	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine pantotenske kiseline koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1218	181
Pantotenska kiselina	Pantotenska kiselina doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine pantotenske kiseline koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1758	63
Pantotenska kiselina	Pantotenska kiselina doprinosi normalnim mentalnim sposobnostima	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine pantotenske kiseline koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1218 2010;8(10):1758	57, 58

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Pektini	Pektini doprinose održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 6 g pektina. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 6 g pektina.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine — savjetovati da se uzima s mnogo vode kako bi tvar stigla do želuca.	2010;8(10):1747	818, 4236
Pektini	Uzimanje pektina s obrokom doprinosi smanjenju porasta glukoze u krvi nakon tog obroka	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja sadrži 10 g pektina po količinski određenoj porciji. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže uzimanjem 10 g pektina unutar obroka.	Treba dati upozorenje o gušenju kod ljudi s poteškoćama u gutanju ili ako se uzima bez odgovarajućeg unosa tekućine — savjetovati da se uzima s mnogo vode kako bi tvar stigla do želuca.	2010;8(10):1747	786
Fosfor	Fosfor doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine fosfora koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1219	329, 373

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Fosfor	Fosfor doprinosi normalnoj funkciji staničnih membrana	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine fosfora koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1219	328
Fosfor	Fosfor doprinosi održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine fosfora koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1219	324, 327
Fosfor	Fosfor doprinosi održavanju normalnih zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine fosfora koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1219	324, 327
Biljni steroli i biljni stanoli	Biljni steroli/stanoli doprinose održavanju normalne razine kolesterola u krvi	Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže s dnevnim unosom najmanje 0,8 g biljnih sterola/stanola.		2010;8(10):1813 2011;9(6):2203	549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140 568
Kalij	Kalij doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(2):1469	386
Kalij	Kalij doprinosi normalnoj funkciji mišića	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(2):1469	320
Kalij	Kalij doprinosi održavanju normalnog krvnog tlak	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine kalija koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(2):1469	321

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Bjelančevine	Bjelančevine doprinose povećanju mišićne mase	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bjelančevina koja je navedena u tvrdnji IZVOR BJELANČEVINA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Bjelančevine	Bjelančevine doprinose održavanju mišićne mase	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bjelančevina koja je navedena u tvrdnji IZVOR BJELANČEVINA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Bjelančevine	Bjelančevine doprinose održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine bjelančevina koja je navedena u tvrdnji IZVOR BJELANČEVINA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	416 4704
Neprobavljivi škrob	Zamjena probavljivog škroba neprobavljivim škrobom u obroku doprinosi smanjenju porasta glukoze u krvi nakon tog obroka.	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu u kojoj je probavljivi škrob zamijenjen neprobavljivim škrobom tako da je konačni sadržaj neprobavljivog škroba najmanje 14 % ukupnog škroba.		2011;9(4):2024	681
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	29, 35, 36, 42
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	213
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi održavanju normalnih sluznica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi održavanju normalnih crvenih krvnih stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	40
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi održavanju zdrave kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31, 33
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi održavanju normalnog vida	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	39
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi normalnom metabolizmu željeza	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	30, 37
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	207
Riboflavin (Vitamin B2)	Riboflavin doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine riboflavina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1814	41
Vlakna raži	Vlakna raži doprinose normalnoj funkciji crijeva	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata tim vlaknima kako je navedeno u tvrdnji BOGATO VLAKNIMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(6):2258	825

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Selen	Selen doprinosi normalnoj spermatogenezi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine selena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1220	396
Selen	Selen doprinosi održavanju zdrave kose	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine selena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Selen	Selen doprinosi održavanju normalnih noktiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine selena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Selen	Selen doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava.	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine selena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1220 2010;8(10):1727	278, 1750
Selen	Selen doprinosi normalnoj funkciji štitnjače	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine selena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1727 2009;7(9):1220	279, 282, 286, 410, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293
Selen	Selen doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine selena koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1220 2010;8(10):1727	277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751, 410, 1292

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Zamjene za šećer, tj. intenzivna sladila; ksilitol, sorbitol, manitol, maltitol, laktitol, izomalt, eritritol, sukraloza i polidekstroza; D-tagatoza i izomaltuloza	Konzumiranje hrane/pića koja sadrže <naziv zamjene za šećer> umjesto šećera (*) potiče manji rast glukoze u krvi poslije njihovog unosa u usporedbi s hranom/pićima koji sadrže šećer	Za korištenje tvrdnje, šećeri u hrani ili piću trebaju biti zamijenjeni zamjenama za šećer, tj. intenzivnim sladilima, ksilitolom, sorbitolom, manitolom, maltitolom, laktitolom, izomaltom, eritritolom, sukralozom ili polidekstrozom, ili njihovom kombinacijom, tako da je količina šećera u hrani ili piću smanjena za najmanje onoliko koliko je navedeno u tvrdnji SMANJEN SADRŽAJ (NAZIV HRANJIVE TVARI) iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. U slučaju D-tagatoze i izomaltuloze, oni trebaju zamjenjivati ekvivalentnu količinu ostalih šećera u istom omjeru kako je navedeno u tvrdnji SMANJEN SADRŽAJ (NAZIV HRANJIVE TVARI) iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2011;9(4):2076, 2011;9(6):2229	617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920 4298
Zamjene za šećer, tj. intenzivna sladila; ksilitol, sorbitol, manitol, maltitol, laktitol, izomalt, eritritol, sukraloza i polidekstroza; D-tagatoza i izomaltuloza	Konzumiranje hrane/pića koja sadrže <naziv zamjene za šećer> umjesto šećera (**) doprinosi održavanju mineralizacije zubi	Za korištenje tvrdnje, šećeri u hrani ili piću (koji snižavaju pH plaka ispod 5,7) trebaju biti zamijenjeni zamjenama za šećer, tj. intenzivnim sladilima, ksilitolom, sorbitolom, manitolom, maltitolom, laktitolom, izomaltom, eritritolom, D-tagatozom, izomaltulozom, sukralozom ili polidekstrozom, ili njihovom kombinacijom, u količinama takvima da konzumiranje takve hrane i pića ne snižava pH plaka ispod 5,7 za vrijeme i 30 minuta nakon konzumacije hrane ili pića.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300 1134, 1167, 1283
Žvakaća guma bez šećera	Žvakaća guma bez šećera doprinosi održavanju mineralizacije zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za žvakaću gumu koja je u skladu s uvjetima uporabe prehrambene tvrdnje BEZ ŠEĆERA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže žvakanjem, najmanje 20 minuta, poslije jela ili pića.		2009;7(9):1271, 2011;9(4):2072, 2011;9(6):2266	1151, 1154, 486, 562, 1181
Žvakaća guma bez šećera	Žvakaća guma bez šećera doprinosi neutralizaciji kiselina plaka	Tvrdnja se smije koristiti samo za žvakaću gumu koja je u skladu s uvjetima uporabe prehrambene tvrdnje BEZ ŠEĆERA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže žvakanjem, najmanje 20 minuta, poslije jela ili pića.		2009;7(9):1271, 2011;6(6):2266	1150 485

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Žvakaća guma bez šećera	Žvakaća guma bez šećera doprinosi smanjenju suhoće usta	Tvrdnja se smije koristiti samo za žvakaću gumu koja je u skladu s uvjetima uporabe prehrambene tvrdnje BEZ ŠEĆERA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže korištenjem žvakaće gume kad god se pojavi osjećaj suhoće usta.		2009;7(9):1271	1240
Žvakaća guma bez šećera s karbamidom	Žvakaća guma bez šećera s karbamidom neutralizira kiseline plaka učinkovitije od žvakaće gume bez šećera i karbamida	Tvrdnja se smije koristiti samo za žvakaću gumu koja je u skladu s uvjetima uporabe prehrambene tvrdnje BEZ ŠEĆERA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Za korištenje tvrdnje svaki komad žvakaće gume bez šećera treba sadržavati najmanje 20 mg karbamida. Potrošaču treba dati informaciju da žvakaću gumu treba žvakati najmanje 20 minuta poslije jela ili pića.		2011;9(4):2071	1153
Tiamin	Tiamin doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine tiamina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1222	21, 24, 28
Tiamin	Tiamin doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine tiamina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1222	22, 27
Tiamin	Tiamin doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine tiamina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1755	205

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Tiamin	Tiamin doprinosi normalnoj funkciji srca	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine tiamina koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1222	20
Vitamin A	Vitamin A doprinosi normalnom metabolizmu željeza	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina A koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1221	206
Vitamin A	Vitamin A doprinosi održavanju normalnih sluznica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina A koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 4702
Vitamin A	Vitamin A doprinosi održavanju zdrave kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina A koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 17, 4660, 4702
Vitamin A	Vitamin A doprinosi održavanju normalnog vida	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina A koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1221 2010;8(10):1754	16, 4239, 4701
Vitamin A	Vitamin A doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina A koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1222 2011;9(4):2021	14, 200, 1462
Vitamin A	Vitamin A ima ulogu u procesu specijalizacije stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina A koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1221	14

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrđnja	Uvjeti korištenja tvrđnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1223	99, 190
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi normalnom metabolizmu homocisteina	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):4114	96, 103, 106
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi stvaranju crvenih krvnih stanica	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1223	92, 101
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1223	107
Vitamin B12	Vitamin B12 doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):4114	108

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin B12	Vitamin B12 ima ulogu u procesu dijeljenja stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B12 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1223 2010;8(10):1756	93, 212
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnoj sintezi cisteina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1759	4283
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1759	75, 214
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1225	66
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnom metabolizmu homocisteina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1759	73, 76, 199
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnom metabolizmu bjelančevina i glikogena	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1225	65, 70, 71
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1759	77

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnom stvaranju crvenih krvnih stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1225	67, 72, 186
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1225	68
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1759	78
Vitamin B6	Vitamin B6 doprinosi regulaciji hormonske aktivnosti	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina B6 koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1225	69
Vitamin C	Vitamin C doprinosi održavanju normalne funkcije imunološkog sustava za vrijeme i nakon intenzivne tjelesne aktivnosti	Tvrdnja se smije koristiti za hranu koja osigurava dnevni unos 200 mg vitamina C. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 200 mg uz preporučeni dnevni unos vitamina C.		2009;7(9):1226	144
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju krvnih žila	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	130, 131, 149

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju hrskavice	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju desni	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	131, 136, 149
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	131, 137, 149
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom stvaranju kolagena za normalnu funkciju zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226 2010;8(10):1815	135, 2334, 3196
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnom funkcioniranju živčanog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	133

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrđnja	Uvjeti korištenja tvrđnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnoj psihološkoj funkciji	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1815	140
Vitamin C	Vitamin C doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226 2010;8(10):1815	134, 4321
Vitamin C	Vitamin C doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226 2010;8(10):1815	129, 138, 143, 148, 3331
Vitamin C	Vitamin C doprinosi smanjenju umora i iscrpljenosti	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1815	139, 2622
Vitamin C	Vitamin C doprinosi regeneraciji reducirane forme vitamina E	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1815	202
Vitamin C	Vitamin C povećava apsorpciju željeza	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina C koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1226	132, 147
Vitamin D	Vitamin D doprinosi normalnoj apsorpciji/iskorištenju kalcija i fosfora	Tvrđnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrđnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1227	152, 157, 215

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin D	Vitamin D doprinosi normalnoj razini kalcija u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1227 2011;9(6):2203	152, 157, 215
Vitamin D	Vitamin D doprinosi održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1227	150, 151, 158, 350
Vitamin D	Vitamin D doprinosi održavanju normalne funkcije mišića	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(2):1468	155
Vitamin D	Vitamin D doprinosi održavanju normalnih zubi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1227	151, 158
Vitamin D	Vitamin D doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(2):1468	154, 159
Vitamin D	Vitamin D ima ulogu u procesu dijeljenja stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina D koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1227	153
Vitamin E	Vitamin E doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina E koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1816	160, 162, 1947

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vitamin K	Vitamin K doprinosi normalnom zgrušavanju krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina K koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1228	124, 126
Vitamin K	Vitamin K doprinosi održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine vitamina K koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1228	123, 127, 128, 2879
Orasi	Orasi doprinose poboljšanju elastičnosti krvnih žila	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja osigurava dnevni unos 30 g oraha. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se koristan učinak postiže dnevnim unosom 30 g oraha.		2011;9(4):2074	1155, 1157
Voda	Voda doprinosi održavanju normalnih tjelesnih i kognitivnih funkcija	Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da za postizanje učinka navedenog u tvrdnji treba popiti najmanje 2,0 L vode dnevno, iz svih izvora.	Tvrdnja se smije koristiti samo za vodu koja je u skladu s direktivama 2009/54/EZ i/ili 98/83/EZ	2011;9(4):2075	1102, 1209, 1294, 1331
Voda	Voda doprinosi održavanju normalne regulacije tjelesne temperature	Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da za postizanje učinka navedenog u tvrdnji treba popiti najmanje 2,0 L vode dnevno, iz svih izvora.	Tvrdnja se smije koristiti samo za vodu koja je u skladu s direktivama 2009/54/EZ i/ili 98/83/EZ	2011;9(4):2075	1208
Vlakna pšeničnih mekinja	Vlakna pšeničnih mekinja doprinose ubrzanju prolaska crijevnog sadržaja	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata ovim vlaknima kako je navedeno u tvrdnji BOGATO VLAKNIMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006. Za korištenje tvrdnje potrošaču treba dati informaciju da se učinak naveden u tvrdnji postiže dnevnim unosom najmanje 10 g vlakana pšeničnih mekinja.		2010;8(10):1817	828, 839, 3067, 4699

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Vlakna pšeničnih mekinja	Vlakna pšeničnih mekinja doprinose povećanju volumena stolice	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je bogata ovim vlaknima kako je navedeno u tvrdnji BOGATO VLAKNIMA iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1817	3066
Cink	Cink doprinosi normalnom kiselinsko-baznom metabolizmu	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	360
Cink	Cink doprinosi normalnom metabolizmu ugljikohidrata	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	382
Cink	Cink doprinosi normalnoj kognitivnoj funkciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	296
Cink	Cink doprinosi normalnoj sintezi DNA	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	292, 293, 1759
Cink	Cink doprinosi normalnoj plodnosti i reprodukciji	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	297, 300
Cink	Cink doprinosi normalnom metabolizmu makronutrijenata	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	2890

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Cink	Cink doprinosi normalnom metabolizmu masnih kiselina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	302
Cink	Cink doprinosi normalnom metabolizmu vitamina A	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	361
Cink	Cink doprinosi normalnoj sintezi bjelančevina	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293, 4293
Cink	Cink doprinosi održavanju normalnih kostiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	295, 1756
Cink	Cink doprinosi održavanju normalne kose	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Cink	Cink doprinosi održavanju normalnih noktiju	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Cink	Cink doprinosi održavanju normalne kože	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293

Hranjiva tvar, tvar, hrana ili kategorija hrane	Tvrdnja	Uvjeti korištenja tvrdnje	Uvjeti i/ili ograničenja korištenja hrane i/ili dodatna izjava ili upozorenje	EFSA Journal br.	Odgovarajući broj unosa na pročišćenom popisu dostavljenom EFSA-i na ocjenu
Cink	Cink doprinosi održavanju normalne razine testosterona u krvi	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2010;8(10):1819	301
Cink	Cink doprinosi održavanju normalnog vida	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	361
Cink	Cink doprinosi normalnoj funkciji imunološkog sustava	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	291, 1757
Cink	Cink doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	294, 1758
Cink	Cink ima ulogu u procesu dijeljenja stanica	Tvrdnja se smije koristiti samo za hranu koja je izvor najmanje one količine cinka koja je navedena u tvrdnji IZVOR [NAZIV VITAMINA] I/ILI [NAZIV MINERALA] iz Priloga Uredbi (EZ) br. 1924/2006.		2009;7(9):1229	292, 293, 1759

(*) U slučaju D-tagatoze i izomaltuloze ovdje treba riječ „šećera” zamijeniti riječima „drugih šećera”.

(**) U slučaju D-tagatoze i izomaltuloze ovdje treba riječ „šećera” zamijeniti riječima „drugih šećera”.