

To besedilo je zgolj informativne narave in nima pravnega učinka. Institucije Unije za njegovo vsebino ne prevzemajo nobene odgovornosti. Verodostojne različice zadevnih aktov, vključno z uvodnimi izjavami, so objavljene v Uradnem listu Evropske unije. Na voljo so na portalu EUR-Lex. Uradna besedila so neposredno dostopna prek povezav v tem dokumentu

► **B****UREDBA KOMISIJE (EU) št. 432/2012**

z dne 16. maja 2012

o seznamu dovoljenih zdravstvenih trditev na živilih, razen trditev, ki se nanašajo na zmanjšanje tveganja za nastanek bolezni ter na razvoj in zdravje otrok

(Besedilo velja za EGP)

(UL L 136, 25.5.2012, str. 1)

spremenjena z:

		Uradni list		
		št.	stran	datum
► <u>M1</u>	Uredba Komisije (EU) št. 536/2013 z dne 11. junija 2013	L 160	4	12.6.2013
► <u>M2</u>	Uredba Komisije (EU) št. 851/2013 z dne 3. septembra 2013	L 235	3	4.9.2013
► <u>M3</u>	Uredba Komisije (EU) št. 1018/2013 z dne 23. oktobra 2013	L 282	43	24.10.2013
► <u>M4</u>	Uredba Komisije (EU) št. 40/2014 z dne 17. januarja 2014	L 14	8	18.1.2014
► <u>M5</u>	Uredba Komisije (EU) št. 274/2014 z dne 14. marca 2014	L 83	1	20.3.2014
► <u>M6</u>	Uredba Komisije (EU) 2015/7 z dne 6. januarja 2015	L 3	3	7.1.2015
► <u>M7</u>	Uredba Komisije (EU) 2015/539 z dne 31. marca 2015	L 88	7	1.4.2015
► <u>M8</u>	Uredba Komisije (EU) 2015/2314 z dne 7. decembra 2015	L 328	46	12.12.2015
► <u>M9</u>	Izvedbena uredba Komisije (EU) 2016/854 z dne 30. maja 2016	L 142	5	31.5.2016
► <u>M10</u>	Uredba Komisije (EU) 2016/1413 z dne 24. avgusta 2016	L 230	8	25.8.2016
► <u>M11</u>	Izvedbena uredba Komisije (EU) 2017/672 z dne 7. aprila 2017	L 97	24	8.4.2017
► <u>M12</u>	Izvedbena uredba Komisije (EU) 2017/676 z dne 10. aprila 2017	L 98	1	11.4.2017
► <u>M13</u>	Uredba Komisije (EU) 2017/1407 z dne 1. avgusta 2017	L 201	1	2.8.2017
► <u>M14</u>	Izvedbena uredba Komisije (EU) 2021/686 z dne 23. aprila 2021	L 143	8	27.4.2021

popravljen z:

- **C1** Popravek, UL L 329, 14.11.2014, str. 81 (851/2013)



UREDBA KOMISIJE (EU) št. 432/2012

z dne 16. maja 2012

o seznamu dovoljenih zdravstvenih trditev na živilih, razen trditev, ki se nanašajo na zmanjšanje tveganja za nastanek bolezni ter na razvoj in zdravje otrok

(Besedilo velja za EGP)

Člen 1

Dovoljene zdravstvene trditve

1. Seznam zdravstvenih trditev, ki se lahko navedejo na živilih, kakor je navedeno v členu 13(3) Uredbe (ES) št. 1924/2006, je določen v Prilogi k tej uredbi.
2. Zdravstvene trditve iz odstavka 1 se lahko navedejo na živilih pod pogoji iz Priloge.

Člen 2

Začetek veljavnosti in uporabe

Ta uredba začne veljati dvajseti dan po objavi v *Uradnem listu Evropske unije*.

Uporabljati se začne 14. decembra 2012.

Ta uredba je v celoti zavezujoča in se neposredno uporablja v vseh državah članicah.

▼**B**

PRILOGA

SEZNAM DOVOLJENIH ZDRAVSTVENIH TRDITEV

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Aktivno oglje	Aktivno oglje prispeva k zmanjšanju prekomernih vetrov po jedi.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje 1 g aktivnega oglja na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je treba potrošnike obvestiti, da se koristni učinek doseže tako, da se 1 g snovi zaužije vsaj 30 minut pred obrokom, 1 g snovi pa takoj po obroku.		2011;9(4):2049	1938
▼ M1 Alfa-ciklodekstrin	Uživanje alfa-ciklodekstrina kot del obroka, ki vsebuje škrob, prispeva k manjšemu porastu ravni glukoze v krvi po obroku.	Trditve se lahko uporablja za živilo, ki vsebuje vsaj 5 g alfa-ciklodekstrina na 50 g škroba v količinsko določenem obroku kot del obroka. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z zaužitjem alfa-ciklodekstrina kot del obroka.		2012;10(6):2713	2926
▼ B Alfa-linolenska kislina (ALA)	ALA prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditve se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir ALA, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR MAŠČOBNIH KISLIN OMEGA-3 iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 2 g ALA.		2009; 7(9):1252 2011;9(6):2203	493, 568
Arabinoksilan iz endosperma pšenice	Uživanje arabinoksilana kot del obroka prispeva k manjšemu porastu ravni glukoze v krvi po obroku.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 8 g vlaknin iz endosperma pšenice, bogatih z arabinoksilanom (vsaj 60 mas. % arabinoksilana), na 100 g dostopnih ogljikovih hidratov v količinsko določenem obroku kot del obroka. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z zaužitjem vlaknin iz endosperma pšenice, bogatih z arabinoksilanom, kot del obroka.		2011;9(6):2205	830

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Baker	Baker prispeva k ohranjanju normalnega vezivnega tkiva.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	265, 271, 1722
Baker	Baker prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	266, 1729
Baker	Baker prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	267, 1723
Baker	Baker prispeva k normalni obarvanosti las.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Baker	Baker prispeva k prenosu železa v telesu.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	269, 270, 1727

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Baker	Baker prispeva k normalni obarvanosti kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Baker	Baker ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	264, 1725
Baker	Baker ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir bakra, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	263, 1726
Beljakovine	Beljakovine prispevajo k povečanju mišične mase.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir beljakovin, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR BELJAKOVIN iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Beljakovine	Beljakovine prispevajo k vzdrževanju mišične mase.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir beljakovin, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR BELJAKOVIN iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Beljakovine	Beljakovine prispevajo k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir beljakovin, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR BELJAKOVIN iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	416 4704

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Beta-glukani	Beta-glukani prispevajo k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 1 g beta-glukanov iz ovsa, ovsenih otrobov, ječmena, ječmenovih otrobov ali mešanico teh virov na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 3 g beta-glukanov iz ovsa, ovsenih otrobov, ječmena, ječmenovih otrobov ali mešanice teh beta-glukanov.		2009; 7(9):1254 2011;9(6):2207	754, 755, 757, 801, 1465, 2934 1236, 1299
Beta-glukani iz ovsa in ječmena	Uživanje beta-glukanov iz ovsa ali ječmena kot del obroka prispeva k manjšemu porastu ravni glukoze v krvi po tem obroku.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 4 g beta-glukanov iz ovsa ali ječmena za vsakih 30 g dostopnih ogljikovih hidratov v količinsko določenem obroku kot del obroka. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z zaužitjem beta-glukanov iz ovsa ali ječmena kot del obroka.		2011;9(6):2207	821, 824
Betain	Betain prispeva k presnovi homocisteina.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 500 mg betaina na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 1,5 g betaina.	Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da lahko dnevni vnos, večji od 4 g, bistveno poveča raven holesterola v krvi.	2011;9(4):2052	4325
Biotin	Biotin prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	114, 117
Biotin	Biotin prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	116

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Biotin	Biotin prispeva k presnovi makrohranil.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	113, 114, 117, 4661
Biotin	Biotin prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1728	120
Biotin	Biotin prispeva k ohranjanju zdravih las.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	118, 121, 2876
Biotin	Biotin prispeva k ohranjanju zdravih sluznic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	115
Biotin	Biotin prispeva k ohranjanju zdrave kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir biotina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	115, 121
Cink	Cink ima vlogo pri presnovi kislin in baz.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	360

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Cink	Cink ima vlogo pri presnovi ogljikovih hidratov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	382
Cink	Cink ima vlogo pri kognitivnih funkcijah.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	296
Cink	Cink ima vlogo pri sintezi DNK.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	292, 293, 1759
Cink	Cink ima vlogo pri plodnosti in razmnoževanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	297, 300
Cink	Cink ima vlogo pri presnovi makrohranil.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	2890
Cink	Cink ima vlogo pri presnovi maščobnih kislin.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	302

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Cink	Cink ima vlogo pri presnovi vitamina A.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	361
Cink	Cink ima vlogo pri sintezi beljakovin.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293, 4293
Cink	Cink prispeva k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	295, 1756
Cink	Cink prispeva k ohranjanju zdravih las.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Cink	Cink prispeva k ohranjanju zdravih nohtov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Cink	Cink prispeva k ohranjanju zdrave kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Cink	Cink prispeva k vzdrževanju normalne ravni testosterona v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1819	301
Cink	Cink ima vlogo pri ohranjanju vida.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	361
Cink	Cink ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	291, 1757
Cink	Cink ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	294, 1758
Cink	Cink ima vlogo pri delitvi celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir cinka, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	292, 293, 1759

▼ **B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Dokozaheksaenojska kislina (DHK)	DHK ima vlogo pri delovanju možganov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki vsebuje vsaj 40 mg DHK na 100 g in na 100 kcal. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 250 mg DHK.		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
Dokozaheksaenojska kislina (DHK)	DHK ima vlogo pri ohranjanju vida.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki vsebuje vsaj 40 mg DHK na 100 g in na 100 kcal. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 250 mg DHK.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	627, 632, 743, 3149, 2905, 508, 510, 513, 519, 529, 540, 688, 4294
▼ M1 Dokozaheksaenojska kislina (DHK)	DHK prispeva k vzdrževanju normalne ravni trigliceridov v krvi.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki zagotavljajo dnevni vnos 2 g DHK in vsebuje DHK v kombinaciji z eikozapentaenojsko kislino (EPK). Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 2 g DHK. Kadar se trditev uporablja na prehranskih dopolnilih in/ali obogatenih živilih, je potrošnike treba obvestiti, da ne smejo preseči skupnega dnevnega vnosa 5 g EPK in DHK.	Trditev se ne uporablja za živila, namenjena otrokom.	2010;8(10):1734	533, 691, 3150
Dokozaheksaenojska kislina (DHK) in eikozapentaenojska kislina (EPK)	DHK in EPK prispevata k vzdrževanju normalnega krvnega tlaka.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki zagotavlja dnevni vnos 3 g EPK in DHK. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 3 g EPK in DHK. Kadar se trditev uporablja na prehranskih dopolnilih in/ali obogatenih živilih, je potrošnike treba obvestiti, da ne smejo preseči skupnega dnevnega vnosa 5 g EPK in DHK.	Trditev se ne uporablja za živila, namenjena otrokom.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	502, 506, 516, 703, 1317, 1324

▼ **M1**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Dokozaheksaenojska kislina (DHK) in eikozapentaenojska kislina (EPK)	DHK in EPK prispevata k vzdrževanju normalne ravni trigliceridov v krvi.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki zagotavlja dnevni vnos 2 g EPK in DHK. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 2 g EPK in DHK. Kadar se trditev uporablja na prehranskih dopolnilih in/ali obogatenih živilih, je potrošnike treba obvestiti, da ne smejo preseči skupnega dnevnega vnosa 5 g EPK in DHK.	Trditev se ne uporablja za živila, namenjena otrokom.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	506, 517, 527, 538, 1317, 1324, 1325
Eikozapentaenojska kislina in dokozaheksaenojska kislina (EPK/DHK)	EPK in DHK imata vlogo pri delovanju srca.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir EPK in DHK, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR MAŠČOBNIH KISLIN OMEGA-3 iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 250 mg EPK in DHK.		2010;8(10):1796 2011;9(4):2078	504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360
Encim laktaza	Encim laktaza izboljšuje prebavo laktoze pri osebah, ki imajo težave s prebavo laktoze.	Trditev se lahko uporablja le za prehranska dopolnila z najmanjšim odmerkom 4 500 FCC (Food Chemicals Codex) enot, ciljno populacijo pa je treba obvestiti, da jih je treba zaužiti z vsakim obrokom, ki vsebuje laktozo.	Ciljno populacijo je treba tudi obvestiti, da je toleranca na laktozo spremenljiva in da naj zaprosijo za nasvet glede vloge te snovi v svoji prehrani.	2009; 7(9):1236 2011;9(6):2203	1697, 1818 1974
Enkrat nenasičene in/ali večkrat nenasičene maščobne kisline	Nadomestitev nasičenih maščob z nenasičenimi maščobami v prehrani prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z nenasičenimi maščobnimi kislinami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST NENASIČENIH MAŠČOB iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(4):2069 2011;9(6):2203	621, 1190, 1203, 2906, 2910, 3065 674, 4335

▼ **B**

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Fluorid	Fluorid prispeva k ohranjanju mineralizacije zob.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir fluorida, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1212 2010;8(10):1797	275, 276, 338, 4238,
Folat	Folat prispeva k razvoju maternega tkiva med nosečnostjo.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	2882
Folat	Folat prispeva k sintezi aminokislin.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1760	195, 2881
Folat	Folat prispeva k nastajanju krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	79
Folat	Folat prispeva k presnovi homocisteina.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	80
Folat	Folat prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1760	81, 85, 86, 88

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Folat	Folat prispeva k delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	91
Folat	Folat prispeva k zmanjševanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1760	84
Folat	Folat ima vlogo pri delitvi celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir folata, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1213 2010;8(10):1760	193, 195, 2881
Fosfor	Fosfor prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir fosforja, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	329, 373

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Fosfor	Fosfor ima vlogo pri delovanju celičnih membran.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir fosforja, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	328
Fosfor	Fosfor prispeva k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir fosforja, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	324, 327
Fosfor	Fosfor prispeva k ohranjanju zdravih zob.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir fosforja, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	324, 327
▼<u>M1</u>					
Fruktoza	Uživanje živil, ki vsebujejo fruktozo, zvišuje raven glukoze v krvi manj kot uživanje živil, ki vsebujejo saharozo ali glukozo.	Za navedbo trditve je treba glukozo in/ali saharozo v sladkanih pijačah in živilih nadomestiti s fruktozo, da je zmanjšanje vsebnosti glukoze in/ali saharoze v teh živilih in pijačah vsaj 30 %.		2011;9(6):2223	558
▼<u>B</u>					
Glukomanan (konjak manan)	Glukomanan prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 4 g glukomanana. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 4 g glukomanana.	Treba je opozoriti na nevarnost zadušitve, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2009; 7(9):1258 2010;8(10):1798	836, 1560, 3100, 3217

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Glukomanan (konjak manan)	Glukomanan ob energijsko omejeni prehrani prispeva k zmanjšanju telesne teže.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje 1 g glukomanana na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 3 g glukomanana v treh odmerkih po 1 g z 1–2 kozarcema vode pred obroki in ob energijsko omejeni prehrani.	Treba je opozoriti na nevarnost zadrževanja, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2010;8(10):1798	854, 1556, 3725,
Guar gumi	Guar gumi prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 10 g guar gumija. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 10 g guar gumija.	Treba je opozoriti na nevarnost zadrževanja, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2010;8(2):1464	808
Hidroksipropil metilceluloza (HPMC)	Uživanje hidroksipropil metilceluloze z obrokom prispeva k manjšem porastu ravni glukoze v krvi po obroku.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje 4 g HPMC na količinsko določen obrok kot del obroka. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z zaužitjem 4 g HPMC kot del obroka.	Treba je opozoriti na nevarnost zadrževanja, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2010;8(10):1739	814

▼**B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Hidroksipropil metilceluloza (HPMC)	Hidroksipropil metilceluloza prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki zagotavlja dnevni vnos 5 g HPMC. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 5 g HPMC.	Treba je opozoriti na nevarnost zadržitve, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2010;8(10):1739	815
Hitozan	Hitozan prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki zagotavlja dnevni vnos 3 g hitozana. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 3 g hitozana.		2011;9(6):2214	4663
Holin	Holin prispeva k presnovi homocisteina.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 82,5 mg holina na 100 g ali 100 ml ali na en obrok živila.		2011;9(4):2056	3090
Holin	Holin prispeva k presnovi maščob.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 82,5 mg holina na 100 g ali 100 ml ali na en obrok živila.		2011;9(4):2056	3186
Holin	Holin ima vlogo pri delovanju jeter.	Trditve se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 82,5 mg holina na 100 g ali 100 ml ali na en obrok živila.		2011;9(4):2056 2011;9(6):2203	1501 712, 1633
▼ M8 Inulin iz avtohtone cikorije	Inulin iz cikorije poveča pogostost odvajanja in tako prispeva k normalnemu delovanju črevesja (*****)	Potrošnike se obvesti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 12 g inulina iz cikorije. Trditve se lahko uporablja le za živila, ki zagotavljajo dnevni vnos vsaj 12 g inulina iz avtohtone cikorije, nefrakcionirane mešanice monosaharidov (< 10 %), disaharidov, fruktanov tipa inulin in inulina, pridobljenega iz cikorije, s srednjo stopnjo polimerizacije ≥ 9.		2015;13(1):3951	
▼ B Jod	Jod ima vlogo pri kognitivnih funkcijah.	Trditve se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir joda, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273

▼ **B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Jod	Jod prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir joda, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 402
Jod	Jod prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir joda, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273
Jod	Jod prispeva k ohranjanju zdrave kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir joda, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1214	370
Jod	Jod ima vlogo pri nastajanju ščitničnih hormonov in normalnemu delovanju ščitnice.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir joda, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 1237
Kakavovi flavanoli	Kakavovi flavanoli pomagajo ohranjati prožnost žil, kar pripomore k normalnemu pretoku krvi (*****) (*****).	Potrošnike se obvesti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 200 mg kakavovih flavanolov. Trditev se lahko uporablja le za kakavove pijače (s kakavom v prahu) ali za temno čokolado, ki zagotavljajo dnevni vnos vsaj 200 mg kakavovih flavanolov s stopnjo polimerizacije 1–10 (*****). Trditev se lahko uporablja le za kapsule ali tablete z izvlečkom kakava z visoko vsebnostjo flavanolov, ki zagotavlja dnevni vnos vsaj 200 mg kakavovih flavanolov s stopnjo polimerizacije 1–10 (*****).	—	2012;10(7): 2809 (*****) 2014;12(5): 3654 (*****)	—

▼ **M7**

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Kalcij	Kalcij prispeva k normalnemu strjevanju krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	230, 236
Kalcij	Kalcij prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	234
Kalcij	Kalcij prispeva k delovanju mišic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	226, 230, 235
Kalcij	Kalcij prispeva k normalnemu prenosu živčnih impulzov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	227, 230, 235
Kalcij	Kalcij prispeva k normalnemu delovanju prebavnih encimov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	355
Kalcij	Kalcij ima vlogo pri delitvi in specializaciji celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1725	237

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Kalcij	Kalcij je potreben za ohranjanje zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 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 potreben za ohranjanje zdravih zob.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalcija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1210 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 231, 2731, 3099,3155, 4311, 4312, 4703 4704
Kalij	Kalij prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	386
Kalij	Kalij ima vlogo pri delovanju mišic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	320
Kalij	Kalij ima vlogo pri vzdrževanju normalnega krvnega tlaka.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir kalija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	321
Klorid	Klorid ima vlogo pri proizvodnji želodčne kisline in s tem pri prebavi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir klorida, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.	Trditev se ne sme navesti za klorid, katerega vir je natrijev klorid.	2010;8(10):1764	326

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Kreatin	Kreatin povečuje telesno zmogljivost pri kratkih, zaporednih in zelo intenzivnih telesnih naporih.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 3 g kreatina. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 3 g kreatina.	Trditev se lahko navede le na živilu, namenjenem odraslim, ki izvajajo zelo intenzivne telesne napore.	2011;9(7):2303	739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924
▼ <u>M11</u>					
Kreatin	Dnevno uživanje kreatina lahko poveča učinek vadbe vzdržljivosti na mišično moč pri odraslih, starejših od 55 let.	Potrošnike se obvesti, da: — je trditev namenjena odraslim, starejšim od 55 let, ki redno izvajajo vadbo vzdržljivosti, — da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 3 g kreatina v povezavi z vadbo vzdržljivosti, kar omogoča postopno povečanje obremenitve in ki jo je treba izvajati vsaj trikrat na teden v obdobju več tednov, z intenzivnostjo vsaj 65 %–75 % ene ponovitve največje obremenitve (*****).	Trditev se lahko navede le na živilih, namenjenim odraslim, starejšim od 55 let, ki redno izvajajo vadbo vzdržljivosti.	2016; 14(2):4400	
▼ <u>B</u>					
Krom	Krom ima vlogo pri presnovi makrohranil.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir trivalentnega kroma, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1732	260, 401, 4665, 4666, 4667
Krom	Krom prispeva k vzdrževanju normalne ravni glukoze v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir trivalentnega kroma, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1732 2011;9(6):2203	262, 4667 4698
▼ <u>M12</u>					
Laktitol	Laktitol prispeva k normalnemu delovanju črevesja, tako da poveča pogostnost odvajanja.	Trditev se lahko uporablja le za prehranska dopolnila, ki vsebujejo 10 g laktitola v enem količinsko določenem obroku na dan. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z vnosom 10 g laktitola v enem dnevnem odmerku.	Trditev se ne sme navesti na živilih, namenjenih otrokom.	2015;13(10): 4252	

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Laktuloza	Laktuloza prispeva k hitrejšemu prehajanju črevesne vsebine.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje 10 g laktuloze v enem količinsko določenem obroku. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z enkratnim odmerkom 10 g laktuloze na dan.		2010;8(10):1806	807
Linolna kislina	Linolna kislina prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja vsaj 1,5 g linolne kisline (LA) na 100 g in 100 kcal. Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 10 g LA.		2009; 7(9):1276 2011;9(6):2235	489, 2899
Magnezij	Magnezij prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1807	244
Magnezij	Magnezij prispeva k ravnotežju elektrolitov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	238
Magnezij	Magnezij prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	240, 247, 248
Magnezij	Magnezij prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	242
Magnezij	Magnezij prispeva k delovanju mišic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216 2010;8(10):1807	241, 380, 3083

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Magnezij	Magnezij ima vlogo pri sintezi beljakovin.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	364
Magnezij	Magnezij prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1807	245, 246
Magnezij	Magnezij prispeva k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	239
Magnezij	Magnezij prispeva k ohranjanju zdravih zob.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	239
Magnezij	Magnezij ima vlogo pri delitvi celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir magnezija, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	365
Mangan	Mangan prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir mangana, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1217 2010;8(10):1808	311, 405
Mangan	Mangan prispeva k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir mangana, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1217	310

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Mangan	Mangan ima vlogo pri nastajanju vezivnega tkiva.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir mangana, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1808	404
Mangan	Mangan ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir mangana, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1217	309
Melatonin	Melatonin prispeva k lažšanju subjektivnih občutkov zaradi časovne razlike pri potovanju z letalom.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 0,5 mg melatonina na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z vnosom najmanj 0,5 mg malo pred spanjem na prvi dan potovanja in naslednjih nekaj dni po prihodu v namembni kraj.		2010; 8(2):1467	1953
Melatonin	Melatonin prispeva k skrajšanju časa, ki ga potrebujete, da zaspite.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje 1 mg melatonina na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 1 mg melatonina malo pred spanjem.		2011;9(6):2241	1698, 1780, 4080
Meso ali ribe	Meso ali ribe prispevajo k izboljšanju absorpcije železa, kadar se uživajo z drugimi živili, ki vsebujejo železo.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje vsaj 50 g mesa ali rib v enem količinsko določenem obroku. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z zaužitjem 50 g mesa ali rib skupaj z živili, ki vsebujejo železo brez hema.		2011;9(4):2040	1223

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Molibden	Molibden ima vlogo pri presnovi aminokislin, ki vsebujejo žveplo.	Trditve se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir molibdena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1745	313
Monascus purpureus (rdeči kvasni riž)	Monakolin K iz rdečega kvasnega riža prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditve se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 10 mg monakolina K iz rdečega kvasnega riža. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 10 mg monakolina K iz fermentiranih pripravkov rdečega kvasnega riža.		2011;9(7):2304	1648, 1700
Nadomestki sladkorja, tj. intenzivna sladila; ksilitol, sorbitol, manitol, maltitol, laktitol, izomalt, eritritol, sukraloza in polidekstroza; D-tagatoza in izomaltuloza	Uživanje hrane/pijače, ki vsebuje <ime nadomestka za sladkor> namesto sladkorja (*) prispeva k ohranjanju mineralizacije zob.	Za navedbo trditve je treba sladkorje v hrani ali pijači (ki zmanjšujejo pH vrednost zobnih oblog pod 5,7) nadomestiti z nadomestki za sladkor, tj. intenzivnimi sladili, kot so ksilitol, sorbitol, manitol, maltitol, laktitol, izomalt, eritritol, D-tagatoza, izomaltuloza, sukraloza ali polidekstroza, ali s kombinacijo teh sladil, v takih količinah, da uživanje takšne hrane ali pijače ne bo znižalo pH vrednosti zobnih oblog pod 5,7 med uživanjem in do 30 minut po zaužitju hrane ali pijače.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300 1134, 1167, 1283
Nadomestki za sladkor, tj. intenzivna sladila; ksilitol, sorbitol, manitol, maltitol, laktitol, izomalt, eritritol, sukraloza in polidekstroza; D-tagatoza in izomaltuloza	Uživanje hrane/pijače, ki vsebuje <ime nadomestka za sladkor> namesto sladkorja (**), povzroči manjši porast ravni glukoze v krvi po zaužitju v primerjavi s hrano/pijačo, ki vsebuje sladkor.	Za navedbo trditve je treba sladkorje v hrani ali pijači nadomestiti z nadomestki za sladkor, tj. intenzivnimi sladili, kot so ksilitol, sorbitol, manitol, maltitol, laktitol, izomalt, eritritol, sukraloza ali polidekstroza, ali s kombinacijo teh sladil, tako da hrana ali pijača vsebuje zmanjšane količine sladkorjev vsaj za količino, navedeno s trditvijo ZMANJŠANA VSEBNOST [IME HRANILA] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. D-tagatoza in izomaltuloza morata nadomestiti enake količine drugih sladkorjev v enakem razmerju, kot je navedeno s trditvijo ZMANJŠANA VSEBNOST [IME HRANILA] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920 4298

▼ **B**▼ **M10**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Nadomestni obrok za nadzor nad telesno težo	Nadomestitev enega od glavnih dnevnih obrokov z nadomestnim obrokom pri energijsko omejeni prehrani prispeva k ohranjanju telesne teže po zmanjšanju telesne teže.	<p>Za navedbo trditve mora živilo izpolnjevati naslednje zahteve:</p> <p>1. Energijska vrednost</p> <p>Energijska vrednost ne sme biti manjša od 200 kcal (840 kJ) in ne sme presegati 250 kcal (1 046 kJ) na obrok (*****).</p> <p>2. Vsebnost maščobe in sestava</p> <p>Energija, ki izvira iz maščobe, ne sme presegati 30 % skupne razpoložljive energijske vrednosti proizvoda.</p> <p>Linolne kisline (v obliki gliceridov) ne sme biti manj kakor 1 g.</p> <p>3. Vsebnost beljakovin in sestava</p> <p>Beljakovine v živilu morajo zagotavljati najmanj 25 % in največ 50 % skupne energijske vrednosti proizvoda.</p> <p>Kemijski indeks beljakovin mora biti enak tistemu, ki ga je Svetovna zdravstvena organizacija določila v dokumentu „Zahteve po vnosu energije in beljakovin“. Poročilo skupnega srečanja WHO/FAO/UNU. Ženeva: Svetovna zdravstvena organizacija, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):</p>	<p>Za navedbo trditve je treba potrošniku zagotoviti informacije o pomenu zadostne količine dnevno zaužite tekočine in ga opozoriti na dejstvo, da so proizvodi uporabni za svoj namen le kot del energijsko omejene prehrane in da morajo biti druga živila obvezni del take prehrane.</p> <p>Za doseg navedenega učinka je treba enega od glavnih obrokov dnevno nadomestiti z enim nadomestnim obrokom.</p>	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1418

▼ **M10**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno																		
		<p><i>Vzorec zahtev za aminokislino (g/100 g beljakovin)</i></p> <table border="1" data-bbox="779 475 1355 1050"> <tbody> <tr> <td>cistin + metionin</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>histidin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>izolevcin</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>levcin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>lizin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>fenilalanin + tirozin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>treonin</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>triptofan</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>valin</td> <td>1,3</td> </tr> </tbody> </table> <p>„Kemijski indeks“ pomeni najnižje razmerje med količino vsake esencialne aminokislino testne beljakovine in količino vsake ustrezne aminokislino referenčne beljakovine.</p> <p>Če je kemijski indeks manjši od 100 % referenčne beljakovine, se najmanjše vsebnosti beljakovin ustrezno povečajo. V vsakem primeru je kemijski indeks beljakovine najmanj enak 80 % indeksa referenčne beljakovine.</p> <p>V vseh primerih je dovoljeno dodajati aminokislino samo za izboljšanje hranilne vrednosti beljakovin in samo v količinah, potrebnih za ta namen.</p>	cistin + metionin	1,7	histidin	1,6	izolevcin	1,3	levcin	1,9	lizin	1,6	fenilalanin + tirozin	1,9	treonin	0,9	triptofan	0,5	valin	1,3			
cistin + metionin	1,7																						
histidin	1,6																						
izolevcin	1,3																						
levcin	1,9																						
lizin	1,6																						
fenilalanin + tirozin	1,9																						
treonin	0,9																						
triptofan	0,5																						
valin	1,3																						

▼ M10

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
		<p>4. Vitamini in minerali</p> <p>Živilo mora zagotavljati najmanj 30 % priporočenih dnevnih vnosov vitaminov in mineralov na obrok, kot so določeni v Prilogi XIII k Uredbi (EU) št. 1169/2011. Ta zahteva se ne uporablja za fluorid, krom, klorid in molibden. Količina natrija na obrok, ki jo zagotavlja živilo, mora biti najmanj 172,5 mg. Količina kalija na obrok, ki jo zagotavlja živilo, mora biti najmanj 500 mg. (*****)</p>			
Nadomestni obrok za nadzor nad telesno težo	Nadomestitev dveh glavnih dnevnih obrokov z nadomestnim obrokom pri energijsko omejeni prehrani prispeva k zmanjšanju telesne teže.	<p>Za navedbo trditve mora živilo izpolnjevati naslednje zahteve:</p> <p>1. Energijska vrednost</p> <p>Energijska vrednost ne sme biti manjša od 200 kcal (840 kJ) in ne sme presegati 250 kcal (1 046 kJ) (*****).</p> <p>2. Vsebnost maščobe in sestava</p> <p>Energija, ki izvira iz maščobe, ne sme presegati 30 % skupne razpoložljive energijske vrednosti proizvoda.</p> <p>Linolne kisline (v obliki gliceridov) ne sme biti manj kakor 1 g.</p> <p>3. Vsebnost beljakovin in sestava</p> <p>Beljakovine v živilu morajo zagotavljati najmanj 25 % in največ 50 % skupne energijske vrednosti proizvoda.</p> <p>Kemijski indeks beljakovin mora biti enak tistemu, ki ga je Svetovna zdravstvena organizacija določila v dokumentu „Zahteve po vnosu energije in beljakovin“. Poročilo skupnega srečanja WHO/FAO/UNU. Ženeva: Svetovna zdravstvena organizacija, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):</p>	Za navedbo trditve je treba potrošniku zagotoviti informacije o pomenu zadostne količine dnevno zaužite tekočine in ga opozoriti na dejstvo, da so proizvodi uporabni za svoj namen le kot del energijsko omejene prehrane in da morajo biti druga živila obvezni del take prehrane.	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1417

▼ M10

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno																		
		<p>Zahteva za vsebnost aminokislin (g/100 g beljakovin)</p> <table border="1" data-bbox="781 483 1355 1010"> <tbody> <tr> <td>cistin + metionin</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>histidin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>izolevcin</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>levcin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>lizin</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>fenilalanin + tirozin</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>treonin</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>triptofan</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>valin</td> <td>1,3</td> </tr> </tbody> </table> <p>„Kemijski indeks“ pomeni najnižje razmerje med količino vsake esencialne aminokislinske testne beljakovine in količino vsake ustrezne aminokislinske referenčne beljakovine.</p> <p>Če je kemijski indeks manjši od 100 % referenčne beljakovine, se najmanjše vsebnosti beljakovin ustrezno povečajo. V vsakem primeru je kemijski indeks beljakovine najmanj enak 80 % indeksa referenčne beljakovine.</p> <p>V vseh primerih je dovoljeno dodajati aminokislinske samo za izboljšanje hranilne vrednosti beljakovin in samo v količinah, potrebnih za ta namen.</p>	cistin + metionin	1,7	histidin	1,6	izolevcin	1,3	levcin	1,9	lizin	1,6	fenilalanin + tirozin	1,9	treonin	0,9	triptofan	0,5	valin	1,3			
cistin + metionin	1,7																						
histidin	1,6																						
izolevcin	1,3																						
levcin	1,9																						
lizin	1,6																						
fenilalanin + tirozin	1,9																						
treonin	0,9																						
triptofan	0,5																						
valin	1,3																						

▼ **M10**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
		<p>4. Vitamini in minerali</p> <p>Živilo mora zagotavljati najmanj 30 % priporočenih dnevnih vnosov vitaminov in mineralov na obrok, kot so določeni v Prilogi XIII k Uredbi (EU) št. 1169/2011. Ta zahteva se ne uporablja za fluorid, krom, klorid in molibden. Količina natrija na obrok, ki jo zagotavlja živilo, mora biti najmanj 172,5 mg. Količina kalija na obrok, ki jo zagotavlja živilo, mora biti najmanj 500 mg (*****).</p>			

▼ **M9**

Nefermentirajoči ogljikovi hidrati	<p>Uživanje hrane/pijače, ki vsebuje < ime vseh uporabljenih nefermentirajočih ogljikovih hidratov > namesto fermentirajočih ogljikovih hidratov prispeva k ohranjanju mineralizacije zob.</p>	<p>Za navedbo trditve je treba fermentirajoče ogljikove hidrate ^(1**) v živilih ali pijačah nadomestiti z nefermentirajočimi ogljikovimi hidrati ^(2***) v takšni količini, da uživanje takšne hrane ali pijače ne zniža pH vrednosti zobnih oblog pod 5,7 med uživanjem in do 30 minut po uživanju.</p> <p>^(1**) Fermentirajoči ogljikovi hidrati so opredeljeni kot ogljikovi hidrati ali mešanice ogljikovih hidratov, kot se zaužijejo z živili ali s pijačami, ki znižajo pH vrednosti zobnih oblog pod 5,7, kot je bilo dokazano <i>in vivo</i> ali <i>in situ</i> s telemetrijskimi meritvami pH vrednosti zobnih oblog, z bakterijsko fermentacijo med uživanjem in do 30 minut po uživanju.</p> <p>^(2***) Nefermentirajoči ogljikovi hidrati so opredeljeni kot ogljikovi hidrati ali mešanice ogljikovih hidratov, kot se zaužijejo z živili ali s pijačami, ki ne znižajo pH vrednosti zobnih oblog, kot je bilo dokazano <i>in vivo</i> ali <i>in situ</i> s telemetrijskimi meritvami pH vrednosti zobnih oblog, pod konzervativno vrednost 5,7 z bakterijsko fermentacijo med uživanjem in do 30 minut po uživanju.</p>		2013;11(7):3329	
------------------------------------	--	--	--	-----------------	--

▼ **M9**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Neprebavljivi ogljikovi hidrati	Uživanje hrane/pijače, ki namesto sladkorjev vsebuje <ime vseh uporabljenih neprebavljivih ogljikovih hidratov >, omeji zvišanje glukoze v krvi po zaužitju v primerjavi s hrano/pijačo, ki vsebuje sladkorje.	Za navedbo trditve je treba sladkorje v živilih ali pijači nadomestiti z neprebavljivimi ogljikovimi hidrati, ki so ogljikovi hidrati, ki se ne prebavijo in ne absorbirajo v tankem črevesu, tako da živilo ali pijača vsebuje zmanjšano količino sladkorjev, in sicer vsaj za količino iz trditve ZMANJŠANA VSEBNOST [IME HRANILA] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2014;12(1):3513 2014;12(10):3838 2014;12(10):3839	
Niacin	Niacin prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir niacina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	43, 49, 54, 51
Niacin	Niacin prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir niacina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1224	44, 53
Niacin	Niacin prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir niacina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1757	55
Niacin	Niacin prispeva k ohranjanju zdravih sluznic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir niacina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1224	45, 52, 4700

▼ **B**

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Niacin	Niacin prispeva k ohranjanju zdrave kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir niacina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	45, 48, 50, 52, 4700
Niacin	Niacin prispeva k zmanjševanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir niacina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1757	47
Obstojni škrob	Nadomestitev prebavljivih škrobov z neprebavljivim škrobom v obroku prispeva k omejitvi povečanja glukoze v krvi po obroku.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, v katerem je prebavljiv škrob nadomeščen z neprebavljivim škrobom, tako da je končna vsebina neprebavljivega škroba vsaj 14 % skupne vsebine škroba.		2011;9(4):2024	681
Ogljikovi hidrati	Ogljikovi hidrati prispevajo k vzdrževanju normalnega delovanja možganov.	Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 130 g ogljikovih hidratov iz vseh virov. Trditev se lahko uporablja za živilo, ki vsebuje vsaj 20 g ogljikovih hidratov, ki jih človek presnavlja, razen poliolov, na količinsko določen obrok, ter je v skladu s prehransko trditvijo NIZKA VSEBNOST SLADKORJEV ali BREZ DODANIH SLADKORJEV iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.	Trditev se ne uporablja za živila, ki so 100-odstotni sladkorji.	2011; 9(6):2226	603,653

▼M3

▼ **B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
▼ M6 Ogljikovi hidrati	Ogljikovi hidrati prispevajo k obnovi normalnega delovanja mišic (krčenje) po zelo intenzivni in/ali dolgotrajni telesni aktivnosti, ki povzroča utrujenost mišic in izčrpanje zalog glikogena v skeletnih mišicah.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki zagotavlja ogljikove hidrate, ki jih lahko človek presnavlja (razen poliolo). Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z uživanjem ogljikovih hidratov iz vseh virov s skupnim vnosom 4 g na kg telesne teže, v odmerkih v prvih 4 urah in najpozneje 6 ur po zelo intenzivni in/ali dolgotrajni telesni aktivnosti, ki povzroča utrujenost mišic in izčrpanje zalog glikogena v skeletnih mišicah.	Trditev se lahko uporablja le za živila, namenjena odraslim po zelo intenzivni in/ali dolgotrajni telesni aktivnosti, ki povzroča utrujenost mišic in izčrpanje zalog glikogena v skeletnih mišicah.	2013; 11(10):3409	
Oleinska kislina	Nadomestitev nasičenih maščob z nenasičenimi maščobami v prehrani prispeva k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi. Oleinska kislina je nenasičena maščoba.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z nenasičenimi maščobnimi kisljinami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST NENASIČENIH MAŠČOB iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(4):2043	673, 728, 729, 1302, 4334
Orehi	Orehi prispevajo k izboljšanju elastičnosti žil.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 30 g orehov. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 30 g orehov.		2011;9(4):2074	1155, 1157
Pantotenska kislina	Pantotenska kislina prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir pantotenske kisline, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1218	56, 59, 60, 64, 171, 172, 208
Pantotenska kislina	Pantotenska kislina ima vlogo pri sintezi in presnovi steroidnih hormonov, vitamina D in nekaterih prenašalcev živčnih impulzov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir pantotenske kisline, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1218	181

▼ **B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Pantotenska kislina	Pantotenska kislina prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir pantotenske kisline, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1758	63
Pantotenska kislina	Pantotenska kislina prispeva k umskim zmogljivostim.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir pantotenske kisline, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1218 2010;8(10):1758	57, 58
Pektini	Pektini prispevajo k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 6 g pektinov. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 6 g pektinov.	Treba je opozoriti na nevarnost zadušitve, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2010;8(10):1747	818, 4236
Pektini	Uživanje pektinov z obrokom prispeva k manjšemu porastu ravni glukoze v krvi po tem obroku.	Trditev se lahko uporablja le za živilo, ki vsebuje 10 g pektina na količinsko določen obrok. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z zaužitjem 10 g pektinov kot del obroka.	Treba je opozoriti na nevarnost zadušitve, do katere lahko pride pri ljudeh s težavami pri požiranju ali ob zaužitju z nezadostno količino tekočine. Svetuje se zaužitje z veliko vode, da snov doseže želodec.	2010;8(10):1747	786
Počasi prebavljiv škrob	Uživanje proizvodov, ki vsebujejo veliko počasi prebavljivega škroba, manj poveča raven krvnega sladkorja po obroku kot proizvodi, ki vsebujejo malo počasi prebavljivega škroba (****).	► CI Trditev se lahko uporablja le za živila, v katerih prebavljivi ogljikovi hidrati predstavljajo vsaj 60 % skupne energije, od katerih predstavlja prebavljivi škrob vsaj 55 %, od tega je vsaj 40 % počasi prebavljivega škroba. ◀	—	2011;9(7):2292	—

▼ **M2**

▼ **B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditve	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Polifenoli v oljčnem olju	Polifenoli v oljčnem olju prispevajo k zaščiti lipidov v krvi pred oksidativnim stresom.	Trditve se lahko uporablja le za oljčno olje, ki vsebuje vsaj 5 mg hidroksitirosola in njegovih derivatov (npr. kompleks oleuropeina in tirosol) na 20 g oljčnega olja. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 20 g oljčnega olja.		2011;9(4):2033	1333, 1638, 1639, 1696, 2865
Rastlinski steroli in rastlinski stanoli	Rastlinski steroli/stanoli prispevajo k vzdrževanju normalne ravni holesterola v krvi.	Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom vsaj 0,8 g rastlinskih sterolov/stanolov.		2010;8(10):1813 2011;9(6):2203	549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140 568
▼ M14 Raztopine ogljikovih hidratov	Raztopine ogljikovih hidratov prispevajo k izboljšanju telesne zmogljivosti med zelo intenzivno daljšo telesno vadbo pri odraslih v dobri telesni kondiciji.	Trditve se lahko uporablja samo za raztopine ogljikovih hidratov, ki v skladu z navodili za uporabo zagotavljajo med 30 in 90 g ogljikovih hidratov na uro telesne vadbe, pri čemer so zadevni ogljikovi hidrati glukoza, saharoza, fruktoza in/ali maltodekstrini, pod naslednjimi pogoji: (a) fruktoza (iz fruktoze in/ali saharoze) ne sme predstavljati več kot 1/3 skupnih ogljikovih hidratov in (b) glukoza (iz glukoze, saharoze in/ali maltodekstrinov) ne sme presegati 60 g na uro. Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže pri odraslih v dobri telesni kondiciji, ki opravljajo zelo intenzivno (najmanj 65 % VO ₂ max) in daljšo (vsaj 60 min) telesno vadbo.	Trditve se lahko uporablja le na živilih, namenjenih odraslim v dobri telesni kondiciji, ki opravljajo zelo intenzivno daljšo telesno vadbo.	2018;16(3):5191	
▼ B Raztopine ogljikovih hidratov in elektrolitov	Raztopine ogljikovih hidratov in elektrolitov prispevajo k ohranjanju vzdržljivosti pri daljših telesnih naporih	Za navedbo trditve morajo raztopine ogljikovih hidratov in elektrolitov vsebovati 80–350 kcal/L iz ogljikovih hidratov in vsaj 75 % energije mora izhajati iz ogljikovih hidratov, ki sprožijo močan glikemični odziv, kot so glukoza, glukozni polimeri in saharoza. Poleg tega morajo te pijače vsebovati med 20 mmol/L (460 mg/L) in 50 mmol/L (1 150 mg/L) natrija, njihova osmolalnost pa mora znašati 200–330 mOsm/kg vode.		2011;9(6):2211	466, 469

▼**B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Raztopine ogljikovih hidratov in elektrolitov	Raztopine ogljikovih hidratov in elektrolitov povečujejo absorpcijo vode med telesno dejavnostjo.	Za navedbo trditve morajo raztopine ogljikovih hidratov in elektrolitov vsebovati 80–350 kcal/L iz ogljikovih hidratov in vsaj 75 % energije mora izhajati iz ogljikovih hidratov, ki sprožijo močan glikemični odziv, kot so glukoza, glukozni polimeri in saharoza. Poleg tega morajo te pijače vsebovati med 20 mmol/L (460 mg/L) in 50 mmol/L (1 150 mg/L) natrija, njihova osmolalnost pa mora znašati 200–330 mOsm/kg vode.		2011;9(6):2211	314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309

▼**M2**

Reformulirane, brezalkoholne, kisle pijače z: — manj kot 1 g fermentirajočih ogljikovih hidratov na 100 ml (sladkorji in drugi ogljikovi hidrati razen poliolov), — kalcijem v razponu od 0,3 do 0,8 mola na mol sredstva za kisanje, — prikaz pH med 3,7–4,0.	Nadomeščanje kislilnih pijač, ki vsebujejo sladkor, kot so brezalkoholne pijače (tipično 8–12 g sladkorjev/100 ml), z reformuliranimi pijačami prispeva k ohranjanju mineralizacije zob (***)	Za uporabe te trditve so reformulirane kisle pijače skladne z opisom živila, za katerega se trditev uporablja.	—	2010;8(12):1884	—
---	---	--	---	-----------------	---

▼**B**

Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	29, 35, 36, 42
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	213

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin prispeva k ohranjanju zdravih sluznic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin ima vlogo pri ohranjanju normalnih rdečih krvničk.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	40
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin prispeva k ohranjanju zdrave kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31, 33
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin ima vlogo pri ohranjanju vida.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	39
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin ima vlogo pri presnovi železa.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	30, 37
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	207

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Riboflavin (vitamin B2)	Riboflavin prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir riboflavina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1814	41
Selen	Selen ima vlogo pri nastajanju semenčic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir selena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1220	396
Selen	Selen prispeva k ohranjanju zdravih las.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir selena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Selen	Selen prispeva k ohranjanju zdravih nohtov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir selena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Selen	Selen ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir selena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	278, 1750

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Selen	Selen ima vlogo pri delovanju ščitnice.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir selena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1727 2009; 7(9):1220	279, 282, 286, 410, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293
Selen	Selen ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir selena, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751, 410, 1292
▼ <u>M1</u> Suhe slive kultivarjev <i>Prunus domestica</i> L.	Suhe slive prispevajo k normalnemu delovanju črevesja.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 100 g suhih sliv. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 100 g suhih sliv.		2012;10(6):2712	1164
▼ <u>B</u> Tiamin	Tiamin prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir tiamina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	21, 24, 28
Tiamin	Tiamin prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir tiamina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	22, 27

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Tiamin	Tiamin prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir tiamina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1755	205
Tiamin	Tiamin ima vlogo pri delovanju srca.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir tiamina, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	20
Vitamin A	Vitamin A ima vlogo pri presnovi železa.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina A, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1221	206
Vitamin A	Vitamin A prispeva k ohranjanju zdravih sluznic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina A, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 4702
Vitamin A	Vitamin A prispeva k ohranjanju zdrave kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina A, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 17, 4660, 4702

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin A	Vitamin A ima vlogo pri ohranjanju vida.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina A, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	16, 4239, 4701
Vitamin A	Vitamin A ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina A, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1222 2011;9(4):2021	14, 200, 1462
Vitamin A	Vitamin A ima vlogo pri specializaciji celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina A, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1221	14
Vitamin B6	Vitamin B6 ima vlogo pri sintezi cisteina.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1759	4283
Vitamin B6	Vitamin B6 prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1759	75, 214

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin B6	Vitamin B6 prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	66
Vitamin B6	Vitamin B6 prispeva k presnovi homocisteina.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1759	73, 76, 199
Vitamin B6	Vitamin B6 ima vlogo pri presnovi beljakovin in glikogena.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	65, 70, 71
Vitamin B6	Vitamin B6 prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1759	77
Vitamin B6	Vitamin B6 ima vlogo pri nastajanju rdečih krvničk.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	67, 72, 186
Vitamin B6	Vitamin B6 ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	68

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin B6	Vitamin B6 prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1759	78
Vitamin B6	Vitamin B6 ima vlogo pri uravnavanju delovanja hormonov.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B6, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	69
Vitamin B12	Vitamin B12 prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	99, 190
Vitamin B12	Vitamina B12 prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamin B12	Vitamin B12 prispeva k presnovi homocisteina.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):4114	96, 103, 106
Vitamin B12	Vitamin B12 prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin B12	Vitamin B12 ima vlogo pri nastajanju rdečih krvničk.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	92, 101
Vitamin B12	Vitamin B12 ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	107
Vitamin B12	Vitamin B12 prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):4114	108
Vitamin B12	Vitamin B12 ima vlogo pri delitvi celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina B12, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1223 2010;8(10):1756	93, 212
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri delovanju imunskega sistema med intenzivno telesno dejavnostjo in po njej.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki zagotavlja dnevni vnos 200 mg vitamina C. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z dnevnim vnosom 200 mg poleg priporočenega dnevnega vnosa vitamina C.		2009; 7(9):1226	144
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje žil.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	130, 131, 149

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje hrustanca.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje dlesni.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 136, 149
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje kože.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 137, 149
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri nastajanju kolagena za normalno delovanje zob.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin C	Vitamin C prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	135, 2334, 3196
Vitamin C	Vitamin C prispeva k delovanju živčnega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	133
Vitamin C	Vitamin C prispeva k normalnemu psihološkemu delovanju.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1815	140
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	134, 4321
Vitamin C	Vitamin C ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	129, 138, 143, 148, 3331

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin C	Vitamin C prispeva k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1815	139, 2622
Vitamin C	Vitamin C prispeva k obnovi reducirane oblike vitamina E.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1815	202
Vitamin C	Vitamin C povečuje absorpcijo železa.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina C, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	132, 147
Vitamin D	Vitamin D prispeva k normalni absorpciji/uporabi kalcija in fosforja.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	152, 157, 215
Vitamin D	Vitamin D prispeva k normalni ravni kalcija v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1227 2011;9(6):2203	152, 157 215

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin D	Vitamin D prispeva k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	150, 151, 158, 350
Vitamin D	Vitamin D prispeva k delovanju mišic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010; 8(2):1468	155
Vitamin D	Vitamin D prispeva k ohranjanju zdravih zob.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	151, 158
Vitamin D	Vitamin D prispeva k delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010; 8(2):1468	154, 159

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vitamin D	Vitamin D ima vlogo pri delitvi celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina D, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	153
Vitamin E	Vitamin E ima vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina E, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1816	160, 162, 1947
Vitamin K	Vitamin K prispeva k normalnemu strjevanju krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina K, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7 (9):1228	124, 126
Vitamin K	Vitamin K prispeva k ohranjanju zdravih kosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir vitamina K, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7 (9):1228	123, 127, 128, 2879
Vlaknine iz ječmenovega zrnja	Vlaknine iz ječmenovega zrnja prispevajo k povečanju količine blata.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z navedenimi vlakninami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST PREHRANSKE VLAKNINE iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(6):2249	819

▼ **B**

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Vlaknine iz pšeničnih otrobov	Vlaknine iz pšeničnih otrobov prispevajo k pospeševanju prehajanja črevesne vsebine.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z navedenimi vlakninami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST PREHRANSKE VLAKNINE iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Za navedbo trditve je potrošnike treba obvestiti, da se navedeni učinek doseže z dnevnim vnosom vsaj 10 g vlaknin iz pšeničnih otrobov.		2010;8(10):1817	828, 839, 3067, 4699
Vlaknine iz pšeničnih otrobov	Vlaknine iz pšeničnih otrobov prispevajo k povečani količini blata.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z navedenimi vlakninami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST PREHRANSKE VLAKNINE iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1817	3066
Vlaknine iz rži	Vlaknine iz rži prispevajo k normalnemu delovanju črevesja.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z navedenimi vlakninami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST PREHRANSKE VLAKNINE iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(6):2258	825
Vlaknine iz zrnja ovsa	Vlaknine iz zrnja ovsa prispevajo k povečani količini blata.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z navedenimi vlakninami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST PREHRANSKE VLAKNINE iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(6):2249	822
▼ M4 Vlaknine sladkorne pese	Vlaknine sladkorne prispevajo k povečani količini blata.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je bogato z navedenimi vlakninami, kakor je opredeljeno s trditvijo VISOKA VSEBNOST PREHRANSKE VLAKNINE iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011; 9(12):2468	

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Voda	Voda prispeva k ohranjanju normalnih telesnih in kognitivnih funkcij.	Za navedbo trditve je treba potrošnike obvestiti, da je za doseg koristnega učinka treba zaužiti vsaj 2 l vode dnevno iz vseh virov.	Trditev se lahko uporablja le za vodo, ki je v skladu s Direktivo 2009/54/ES in/ali Direktivo 98/83/ES.	2011;9(4):2075	1102, 1209, 1294, 1331
Voda	Voda ima vlogo pri uravnavanju telesne temperature.	Za navedbo trditve je treba potrošnike obvestiti, da je za doseg koristnega učinka treba zaužiti vsaj 2 l dnevno iz vseh virov.	Trditev se lahko uporablja le za vodo, ki je v skladu s Direktivo 2009/54/ES in/ali Direktivo 98/83/ES.	2011;9(4):2075	1208
Železo	Železo ima vlogo pri kognitivnih funkcijah.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	253
Železo	Železo prispeva k sproščanju energije pri presnovi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	251, 1589, 255
Železo	Železo ima vlogo pri nastajanju rdečih krvničk in hemoglobina.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	249, 1589, 374, 2889

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Železo	Železo ima vlogo pri prenosu kisika v telesu.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	250, 254, 256, 255
Železo	Železo ima vlogo pri delovanju imunskega sistema.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	252, 259
Železo	Železo prispeva k zmanjševanju utrujenosti in izčrpanosti.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2010;8(10):1740	255, 374, 2889
Železo	Železo ima vlogo pri delitvi celic.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki je vsaj vir železa, kakor je opredeljeno s trditvijo VIR [IME VITAMINA/VITAMINOV] IN/ALI [IME MINERALA/MINERALOV] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	368

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Žive kulture v jogurtu	Žive kulture v jogurtu ali fermentiranem mleku izboljšujejo prebavo laktoze pri osebah, ki imajo težave pri prebavi laktoze.	Za navedbo trditve mora jogurt ali fermentirano mleko vsebovati vsaj 108 kolonijskih enot živih starter mikroorganizmov (<i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> in <i>Streptococcus thermophilus</i>) na gram.		2010;8(10):1763	1143, 2976
Živila z nizko ali zmanjšano vsebnostjo nasičenih maščobnih kislin.	Zmanjšanje uživanja nasičenih maščob prispeva k vzdrževanju normalnih ravni holesterola v krvi.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki ima vsaj nizko vsebnost nasičenih maščobnih kislin, kakor je opredeljeno s trditvijo NIZKA VSEBNOST NASIČENIH MAŠČOB, ali zmanjšano vsebnost nasičenih maščobnih kislin, kakor je opredeljeno s trditvijo ZMANJŠANJA VSEBNOST [IME HRANILA] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(4):2062	620, 671, 4332
Živila z nizko ali zmanjšano vsebnostjo natrija	Zmanjšanje uživanja natrija prispeva k vzdrževanju normalnega krvnega tlaka.	Trditev se lahko navede le na živilu, ki ima vsaj nizko vsebnost natrija/soli, kakor je opredeljeno s trditvijo NIZKA VSEBNOST NATRIJA/SOLI ali zmanjšano vsebnost natrija/soli, kakor je opredeljeno s trditvijo ZMANJŠANJA VSEBNOST [IME HRANILA] iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006.		2011;9(6):2237	336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420
Žvečilni gumi brez sladkorja	Žvečilni gumi brez sladkorja prispeva k ohranjanju mineralizacije zob.	Trditev se lahko navede le na žvečilnem gumiju, ki izpolnjuje pogoje uporabe prehranske trditve BREZ SLADKORJEV iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z žvečenjem vsaj 20 minut po jedi ali pitju.		2009; 7(9):1271 2011;9(4):2072 2011;9(6):2266	1151, 1154 486, 562, 1181

▼B

Hranilo, snov, živilo ali kategorija živil	Trditev	Pogoji uporabe trditve	Pogoji in/ali omejitve uporabe živila in/ali dodatno pojasnilo ali opozorilo	Številka v strokovni reviji EFSA	Ustrezna številka vnosa na konsolidiranem seznamu, predloženem EFSA v oceno
Žvečilni gumi brez sladkorja	Žvečilni gumi brez sladkorja prispeva k nevtralizaciji kislin v zobnih oblogah.	Trditev se lahko navede le na žvečilnem gumiju, ki izpolnjuje pogoje uporabe prehranske trditve BREZ SLADKORJEV iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z žvečenjem vsaj 20 minut po jedi ali pitju.		2009; 7(9):1271 2011;6(6):2266	1150 485
Žvečilni gumi brez sladkorja	Žvečilni gumi brez sladkorja prispeva k zmanjšanju suhosti v ustih.	Trditev se lahko navede le na žvečilnem gumiju, ki izpolnjuje pogoje uporabe prehranske trditve BREZ SLADKORJEV iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Potrošnike je treba obvestiti, da se koristni učinek doseže z žvečenjem žvečilnega gumija, kadar so usta suha.		2009; 7(9):1271	1240
Žvečilni gumi brez sladkorja s karbamidom	Žvečilni gumi brez sladkorja s karbamidom nevtralizira kisline v zobnih oblogah učinkoviteje kot žvečilni gumi brez sladkorja in karbamida.	Trditev se lahko navede le na žvečilnem gumiju, ki izpolnjuje pogoje uporabe prehranske trditve BREZ SLADKORJEV iz Priloge k Uredbi (ES) št. 1924/2006. Za navedbo trditve mora vsak kos žvečilnega gumija brez sladkorja vsebovati vsaj 20 mg karbamida. Potrošnike je treba obvestiti, da je žvečilni gumi treba žvečiti vsaj 20 minut po jedi ali pitju.		2011;9(4):2071	1153

(*) V primeru D-tagatoze in izomaltuloze je treba tu navesti „drugih sladkorjev“.

(**) V primeru D-tagatoze in izomaltuloze je treba tu navesti „drugih sladkorjev“.

▼ **B**

- **M2** (***) Odobreno dne 24. septembra 2013 in omejeno na uporabo podjetja GlaxoSmithKline Services Unlimited in njegovih podružnic, GSK House, 980 Great West Road, Brentford, TW89GS, Združeno kraljestvo, za pet let.
- (****) Odobreno dne 24. septembra 2013 in omejeno na uporabo skupino Mondelēz International, Three Parkway North Deerfield, IL 60015, Združene države Amerike, za pet let. ◀
- **M7** (****) Odobreno dne 24. septembra 2013 in omejeno na uporabo podjetja Barry Callebaut Belgium NV., Aalstersestraat 122, 9280 Lebbeke-Wieze, Belgija, za pet let.
- (*****) Odobreno dne 21. aprila 2015 in omejeno na uporabo podjetja Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, 9280 Lebbeke-Wieze, Belgija, za pet let. ◀
- **M8** (*****) Odobreno 1. januarja 2016 in omejeno na uporabo družbe BENEEO-Orafti S.A., Rue L. Maréchal 1, 4360 Oreye, Belgija, za pet let. ◀
- **M10** (*****) Od 21. julija 2016 do 14. septembra 2019 energijska vrednost živila ne sme biti manj kot 200 kcal (840 kJ) in ne sme presežati 400 kcal (1 680 kJ).
- (*****) Od 21. julija 2016 do 14. septembra 2019 morajo živila zagotavljati najmanj 30 % količine vitaminov in mineralov, navedenih v spodnji preglednici, na obrok:

vitamin A	(µg RE)	700
vitamin D	(µg)	5
vitamin E	(mg)	10
vitamin C	(mg)	45
tiamin	(mg)	1,1
riboflavin	(mg)	1,6
niacin	(mg-NE)	18
vitamin B ₆	(mg)	1,5
folat	(µg)	200
vitamin B ₁₂	(µg)	1,4
biotin	(µg)	15
pantotenska kislina	(mg)	3
kalcij	(mg)	700
fosfor	(mg)	550
železo	(mg)	16
cink	(mg)	9,5
baker	(mg)	1,1
jod	(µg)	130
selen	(µg)	55
natrij	(mg)	575
magnezij	(mg)	150
mangan	(mg)	1

Od 21. julija 2016 do 14. septembra 2019 mora biti količina kalija na obrok, ki jo zagotavlja živilo, najmanj 500 mg. ◀

- **M11** (*****) Ponovitev največje obremenitve je največja teža ali moč, ki jo lahko posameznik naenkrat dvigne. ◀