



Na podlagi drugega odstavka 23. člena Zakona o avdiovizualnih medijskih storitvah (Uradni list RS, št. 87/11 in 84/15) minister za zdravje izdaja

**PREHRANSKE SMERNICE ZA OBLIKOVANJE PRAVIL RAVNANJA ZA ZAŠČITO OTROK
PRED NEPRIMERNIMI KOMERCIALNIMI SPOROČILI**

Ljubljana, julij 2016

Oglaševanje energijsko goste hrane otrokom ureja Zakon o avdiovizualnih medijskih storitvah (Ur. l. RS, št. 87/11 in 84/15), v nadaljnjem besedilu ZAvMS), ki v 23. členu določa, da morajo ponudniki oblikovati pravila ravnanja v zvezi z neprimernimi avdiovizualnimi komercialnimi sporočili, ki spremljajo programske vsebine, namenjene otrokom ali so njihov del. Pravila ravnanja se nanašajo na oglase o živilih, ki vsebujejo hranila in snovi s hranilnim ali fiziološkim učinkom, kot so zlasti maščobe, *trans* maščobne kisline, sol ali natrij in sladkorji, katerih prekomerno uživanje v celotni prehrani ni priporočljivo.

Pravila ravnanja morajo biti oblikovana na način, da je otrokom omogočen razvoj zdravih prehranskih navad v skladu s temi prehranskimi smernicami.

Za namen enostavnega razlikovanja med živilih, ki jih v vsakodnevni prehrani ni priporočljivo uživati oziroma otroke spodbujati oziroma nagovarjati k uživanju, je v sodelovanju Slovenije s Svetovno zdravstveno organizacijo (v nadaljevanju SZO) razvit model za razvrščanje živil po posameznih kategorijah, z navedbo parametrov vezanih na hranila v živilih, kot so npr. sladkorji, maščobe, sol, energijska vrednost ipd. (Model prehranskega razvrščanja regionalnega urada za Evropo Svetovne zdravstvene organizacije, pridobljeno: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/publications/2015/who-regional-office-for-europe-nutrient-profile-model>).

Prehranski profil SZO je prilagojen nacionalnim posebnostim (glej Priloga: Model za razvrščanje živil in nacionalne prilagoditve).

Spodbujanje uživanja energijsko gostih in hranilno redkih živil otrokom ne omogoča razvoja zdravih prehranskih navad. Zato prehranske smernice temelječe na modelu definirajo živila, ki jih je potrebno spodbujati v prehrani otrok, zlasti spodbujati vsakodnevno uživanje zelenjave, sadja, primernih mlečnih izdelkov, rib, jajc, mesa, vode ter rednih hranilno in energijsko uravnoteženih obrokov, ki krepijo zdrave prehranske navade. Definiirajo pa tudi tiste mejne vrednosti hranil v živilih, glede na vsebnost sladkorja, maščob, soli in energijske vrednosti ter sladil, ko ne želimo spodbujati vključevanja teh živil v prehrano otrok.

Z namenom izboljšati prehranske in gibalne navade prebivalcev in s tem zaustaviti trend naraščanja telesne mase in debelosti je bila sprejeta Resolucija o Nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015 – 2025 (Uradni list RS, št. 58/15, v nadaljnjem besedilu resolucija). Debelost je v razvitem svetu najpogostejša kronična presnovna bolezen in je povezana s porastom kroničnih nenalezljivih bolezni in zmanjšano kakovostjo življenja v otroštvu in v odrasli dobi. Število čezmerno hranjenih otrok narašča po vsem svetu, tudi v Sloveniji. V naši državi je prekomerno težkih in debelih že približno tretjina dečkov in fantov ter približno četrtnina deklic in deklet. Slabe prehranske in gibalne navade otrok so vedno večji problem pri slovenskih otrocih. Ti ne zaužijejo dovolj sadja in zelenjave ter prepogosto uživajo sladkarije in sladkane pijače. Uživanje živil, ki so energijsko gosta, z veliko vsebnostjo maščob, sladkorjev in soli, pomembno prispeva k naraščanju otroške debelosti.

Cilj, ki mu skladno z resolucijo sledimo tudi s pričujočimi smernicami, je omejiti trženje zdravju nekoristnih živil otrokom in z zmanjšanjem pritiska oglaševanja energijsko gostih živil otrokom prispevati k ustvarjanju okolja, ki spodbuja zdrave prehranske izbire pri otrocih in mladostnikih, s tem pa posledično vplivati na zmanjšanje debelosti in kroničnih nenalezljivih bolezni.

Namen smernic, ki izhajajo iz ZAvMS, ter zasledujejo cilje resolucije na področju trženja živil, je podati jasne usmeritve glede spodbujanja uživanja živil in konkretne parametre glede posameznih hranil in sestavin živil, znotraj in ob programski vsebini namenjeni otrokom. Na osnovi opredeljenih parametrov v posamezni kategoriji živil bodo ponudniki avdiovizualnih medijskih storitev skladno z določbo 23. člena ZAvMS oblikovali lastna pravila ravnanja v zvezi z neprimernimi avdiovizualnimi komercialnimi sporočili ter tako otrokom omogočili okolje, ki bo spodbudno vplivalo na razvoj zdravih prehranskih navad.

POSTOPEK RAZVRŠČANJA ŽIVIL PO KATEGORIJAH

Vsako živilo se razvršča glede na posebno tarifno oznako, ki ustreza mednarodnemu sistemu tarifnih oznak, s katerim so seznanjeni proizvajalci, kot tudi uvozniki in distributerji. Te oznake so navedene na dveh ravneh podatkov v tem modelu: štiri mesta, ki označujejo številko položaja in se v glavnem nanašajo na skupine živilskih proizvodov, ter (kjer je mogoče) šestmestna številka pod-položaja, ki omogoča več podatkov o določeni podskupini živilskih proizvodov.

Parametri, ki jih zajema model za razvrščanje živil, so:

- skupne maščobe,
- nasičene maščobe,
- skupni sladkor,
- dodani sladkorji
- sladila
- sol in
- energijska vrednost.

Parametra vezanega na *trans* maščobe zaradi dokazane škodljivosti in nevarnosti, ni zajetega v preglednici.

Uživanje živil se izrecno odsvetuje in nikakor ni dopustno spodbujati k uživanju izdelka, če izdelek vsebuje > 1 g na 100 g skupnih maščob v obliki industrijsko izdelanih *trans* maščob, ali vsebuje > 0,5 % skupne energijske vrednosti v obliki alkohola.

NAČIN UPORABE MODELA

Odločanje o tem, ali naj se otroke spodbuja/nagovarja k uživanju določenega živila, poteka po naslednjem algoritmu:

1. Najprej je potrebno **ugotoviti, v katero kategorijo živil spada izdelek**. V nekaterih primerih je to zelo jasno razvidno iz imena živila (npr. žita za zajtrk; jogurti); v drugih primerih pa bo morda treba poiskati pojasnilo v stolpcu "vključen v kategorijo" ali "ni vključen v kategorijo" in/ali preveriti številko carinske tarifne oznake.
2. Ko se ugotovi ustrezna kategorija živila, je treba **preveriti vsebnost hranil** izdelka glede na mejne vrednosti. Če naj bo uživanje izdelka spodbujano, ta ne sme presegati nobene izmed mejnih vrednosti za to kategorijo živil (osnova za izračun je 100 gramov oziroma mililitrov). Npr. žita za zajtrk ne smejo presegati meril za vsebnost skupnih maščob, skupnega sladkorja in soli.
3. Živilske izdelke je treba ocenjevati takšne, kot se prodajajo, ali po pripravi (če je

- potrebna) v skladu z navodili proizvajalca.
4. Če je predmet spodbujanja uživanja obrok v restavraciji, vključno s hitro prehrano ali obrokom, ki se vzame s seboj in vsebuje dve ali več jedi, morajo vse posamezne sestavine izpolnjevati ustrezna merila glede hranilnih snovi.
 5. Če je izdelek živilo, ki ima zaščiteno označbo porekla, zaščiteno geografsko označbo ali je zajamčena tradicionalna posebnost ni zadržkov glede spodbujanja uživanja takšnih izdelkov.

Na podlagi zgoraj opisanega pristopa, nizu pojasnitev izrazov, uporabljenih v modelu, sledi preglednica za razvrščanje živil, ter v prilogi "Model za razvrščanje živil in nacionalne prilagoditve", kjer so navedene prilagoditve za Slovenijo.

POMEN IZRAZOV

Skupne maščobe pomeni skupno vsebnost maščob v živilskem izdelku, ki jih lahko sestavljajo različne vrednosti maščobnih kislin iz treh širših skupin: nasičene maščobne kisline, enkrat nasičene maščobne kisline in večkrat nenasičene maščobne kisline.

Skupni sladkorji pomeni skupno vsebnost sladkorjev v živilskem izdelku, ki ga lahko sestavljajo: naravno prisotni sladkorji, ki so del nepredelanega sadja in zelenjave; mlečni sladkorji (laktoza in galaktoza, kot naravno prisotna sladkorja v mleku); in vsi monosaharidi in disaharidi, ki jih dodajajo živilom proizvajalci, kuharji ali potrošniki, kot tudi sladkorji, ki jih naravno vsebujejo med, sirupi in sadni sokovi.

Dodani sladkor: za namen tega modela prehranskega razvrščanja se uporablja izraz "dodani sladkor", ker se razpoložljivi podatki v preglednicah sestave živil nanašajo na dodani sladkor, tukaj opredeljen kot vsi monosaharidi in disaharidi, ki jih hrani in pijači dodajajo proizvajalci, kuharji ali potrošniki med predelavo ali pripravo.

V Smernicah SZO o sladkorjih sladkorji veljajo za proste sladkorje, tj. monosaharide (kot sta glukoza ali fruktoza) in disaharide (kot sta saharoza ali namizni sladkor), ki jih proizvajalci, kuharji ali potrošniki dodajajo živilom poleg sladkorjev, ki so naravno prisotni v medu, sirupih, sadnih sokovih in sadnih koncentratih (v tem primeru intrinzični sladkorji v sadju in zelenjavi ne sodijo med proste sladkorje).

Sladila so živilski aditivi, ki dajejo hrani sladek okus. Opozoriti je treba, da se izdelki, kot so sladkorji, med in druge sestavine živil, ki se uporabljajo za sladkanje, ne povezujejo z izrazom "sladila".

Energija pomeni skupno energijsko vrednost živila, na osnovi vsebnosti makro hranil (ogljikovi hidrati, maščobe in beljakovine).

Nasičene maščobe pomenijo glavne nasičene maščobne kisline v prehrani, tj. C14, C16 in C18, razen v primeru mleka in kokosovega olja, kjer so nasičene maščobne kisline v razponu od C4 do C18.

Največji delež industrijsko pridobljenih *trans* maščobnih *kislin* v hrani so značilne izomere 18 : 1 *trans*, ki nastajajo pri delnem hidrogeniranju rastlinskih olj, to je pri procesu, s katerim pridobivajo poltrde maščobe za uporabo v živilski industriji (za peko in cvrtje, izdelavo margarin in proizvodnjo živil).

Sol – 1 g natrija ustreza približno 2,5 g soli.

Prehranska kategorija	Vključeno v kategorijo (primeri)	Ni vključeno v kategorijo (primeri)	Carinska tarifna oznaka (štev. položaja in/ali podpoložaja) ^a	Naj se ne spodbuja uživanja če količina v 100 g izdelka presega: ^b							
				skup. mašč. (g)	nas. mašč. (g)	skup. slad. (g)	dod. slad. (g)	sladila brez sladkorja	sol (g)	energ. (kJ)/ (kcal)	
1	Čokolada in bonboni, energijske tablice, sladki preliv in deserti	čokolada in drugi izdelki, ki vsebujejo kakav; bela čokolada; žele, sladkarije; žvečilni gumi; karamele; sladkarije iz sladkega korena; čokoladni namazi in drugi sladki namazi za sendviče; namazi iz oreščkov, vključno s kikirikijevim maslom; ploščice z žiti, semeni in kosmiči; marcipan	žitni kosmiči za zajtrk s čokoladnim okusom; kolači in slaščice; piškoti in drugo pecivo, oblito s čokolado	17.04; 18.06; nekateri od 19.05; 20.06; nekateri od 20.08; nekateri od 21.06	naj se ne spodbuja uživanja						
2	Sladki piškoti, pecivo, kolači; drugi sladki pekovski izdelki in suhe mešanice za njihovo pripravo	pecivo; rogljiči; keksi/piškoti; biskvitni kolači; vafliji; sadne pite; sladke štručke; piškoti s čokoladnim prelivom; mešanice za kolače in testa	kruh in krušni izdelki	19.01.20; 19.05.20; 19.05.31; 19.05.32	naj se ne spodbuja uživanja						
3	Semena, oreški in drugi prigrizki	pokovka in koruza; semena; oreški in mešanice oreškov; preste; ostali prigrizki iz riža, koruze, testa ali krompirja		08.01; 08.02; 10.05; 19.04.10, 19.04.20; nekateri izmed 19.05; 20.05.20; 20.08.11; 20.08.19; 20.08.99			0		0,1 ^c		

Prehranska kategorija	Vključeno v kategorijo (primeri)	Ni vključeno v kategorijo (primeri)	Carinska tarifna oznaka (štev. položaja in/ali podpoložaja) ^a	Naj se ne spodbuja uživanja če količina v 100 g izdelka presega: ^b							
				skup. mašč. (g)	nas. mašč. (g)	skup. slad. (g)	dod. slad. (g)	sladila brez sladkorja (g)	sol (g)	energ. (kJ)/ (kcal)	
4 pijače	a) sokovi	100% sadni in zelenjavni sokovi in smutiji		20.09	naj se ne spodbuja uživanja						
	b) mlečni napitki ^d	mleko in sladkano mleko;	smetana	Nekateri izmed 04.01; nekateri izmed 04.02;	3,5		10				
	c) rastlinski napitki	napitek iz mandljev, soje, riža in ovs		22.02.90	2,5		5		0	0,2 ^c	
	d) energijske pijače ^e			Nekateri izmed 22.02	naj se ne spodbuja uživanja						
	e) druge pijače	kola, limonada, oranžada; druge brezalkoholne pijače, sladkane pijače, mineralna in / ali aromatizirane vode (vključno z gazirano) z dodanimi sladkorji ali sladili	100 % sadni in zelenjavni sokovi; mlečni in rastlinski napitki	22.01; nekateri izmed 22.02				0	0		
5	sladoledi	sladoledi, zmrznjeni jogurt, ledene lizike in sorbet		21.05	naj se ne spodbuja uživanja						
6	žita za zajtrk ^f	ovseni kosmiči; koruzni kosmiči; kosmiči s čokolado; misliji		19.04.10; 19.04.20	10		15			1,2	

Prehranska kategorija	Vključeno v kategorijo (primeri)	Ni vključeno v kategorijo (primeri)	Carinska tarifna oznaka (štev. položaja in/ali podpoložaja) ^a	Naj se ne spodbuja uživanja če količina v 100 g izdelka presega: ^b							
				skup. mašč. (g)	nas. mašč. (g)	skup. slad. (g)	dod. slad. (g)	sladila brez sladkorja	sol (g)	energ. (kJ)/ (kcal)	
7	a) Jogurti, kislo mleko in podobna živila	jogurt; kefir; pinjenec; aromatizirano kislo mleko, fermentirano mleko in jogurtovi napitki; sveži sir (fromage frais); nadomestki na osnovi sira in jogurtov; jogurti z dodatki (npr. sadje, misliji); smetana	mlečni in rastlinski napitki	nekateri od 04.02; 04.03; 04.04; nekateri od 04.06.10; 19.01.10; 19.01.90; nekateri od 21.06	3,2	2,6	10		0	0,2 ^c	
	b) Smetana, maslo	Smetana, kislina smetana, fermentirana smetana, surovo maslo fermentirano ali nefermentirano	Mleko, kislo mleko, pinjenec, jogurt, kefir, drugo fermentirano mleko	04.01.40; 04.01.50; Nekateri od 04.02; nekateri od 04.03; 04.05.10	naj se ne spodbuja uživanja						
8	Sir	poltrdi in trdi siri; mehki siri; sveži siri (kot so skuta, rikota, mocarela, cottage cheese); ribani sir ali sir v prahu; topljeni sir za mazanje		04.06	20					1,3	
9	Gotove, predpripravljene in sestavljene jedi	pice; lazanje in druge jedi iz testenin z omakami; pite; pripravljene jedi; predpripravljene sendviči; polnjene		nekateri od 16; nekateri od 19.01.20; 19.02.19; 19.02.20; nekateri od 19.05; nekateri od 20.05;	10	4	10			1,0	945/225

Prehranska kategorija	Vključeno v kategorijo (primeri)	Ni vključeno v kategorijo (primeri)	Carinska tarifna oznaka (štev. položaja in/ali podpoložaja) ^a	Naj se ne spodbuja uživanja če količina v 100 g izdelka presega: ^b							
				skup. mašč. (g)	nas. mašč. (g)	skup. slad. (g)	dod. slad. (g)	sladila brez sladkorja	sol (g)	energ. (kJ)/ (kcal)	
		testenine; juhe in dušene jedi (pakirane ali konzervirane); mešanice in testo		21.04							
10	Mlečni namazi, druge masti in olja	rastlinska olja, margarine in mlečni namazi	maslo	04.05; 04.05.20; 04.05.90; 15		20				1,3	
11	Kruh, krušni izdelki in hrski ^f	Navadni kruh (vsebuje žita, kvasila in sol); brezglutenski kruh; nekvašeni kruh; hrski; prepečenci in popečeni kruhki	sladki piškoti; pecivo; kolači		10		10			1,2	
12	Žita, riž, sveže ali sušene testenine, kuhane testenine, stročnice	Riž, ajda, testenine njoki, kuskus	polnjene testenine in testenine v omaki, lazanje,	10; nekateri izmed 11; 19.02 izločeni 19.02.20.	10		10			1,0	
13	Sveže in zmrznjeno meso, perutnina, ribe ipd.	jajca		02 izločeni 02.10; nekateri izmed 03 izločeni 03.05	ni omejitve						
14	Izdelki iz mesa, perutnine, rib ipd.	klobase, paštete šunka, slanina; piščančji medaljoni; prekajene in marinirane ribe; konzervirane ribe v slanici ali olju; ribje palčke in panirane ribe	pica, sendviči	02.10; nekateri izmed 03; nekateri izmed 16	20					1,7	

Prehranska kategorija	Vključeno v kategorijo (primeri)	Ni vključeno v kategorijo (primeri)	Carinska tarifna oznaka (štev. položaja in/ali podpoložaja) ^a	Naj se ne spodbuja uživanja če količina v 100 g izdelka presega: ^b							
				skup. mašč. (g)	nas. mašč. (g)	skup. slad. (g)	dod. slad. (g)	sladila brez sladkorja	sol (g)	energ. (kJ)/ (kcal)	
15	Sveže in zmrznjeno sadje, zelenjava in stročnice	sadje in zelenjava; stročnice; škrobnata in gomoljasta zelenjava	konzervirano sadje, zelenjava in stročnice; sadje v sirupu; suho sadje; zamrznjeno sadje z dodanim sladkorjem	07 razen 07.10, 07.11,07.12,07.13; nekateri od 08 razen 08.01; 08.02; 08.11; 08.12; 08.13; 08.14	ni omejitve						
16	Predelano sadje, zelenjava in stročnice	konzervirano sadje, zelenjava in stročnice; suho sadje ^b , sušena zelenjava in stročnice; marmelade; džemi; vloženo sadje in zelenjava; dušeno sadje; sadne lupine; zamrznjen pomfrit; zamrznjeno sadje z dodanim sladkorjem	sadni sok	07.10; 07.11; 07.12; 07.13; nekateri od 08.03; nekateri od 08.05; nekateri od 08.06; 08.11, 08.12, 08.13 in 08.14; 20.01; 20.02; 20.03; 20.04; 20.05; 20.06; 20.07; 20.08.40; 20.08.50; 20.08.60; 20.08.70; 20.08.80; 20.08.93; 20.08.97; 20.08.99;	5		10	0		1	
17	Omake in prelive			21.03	10			0		1	
18	Prehranska dopolnila			Po definiciji Pravilnika o prehranskih dopolnilih (Ur. l. RS, št. 66/2013)	naj se ne spodbuja uživanja						

^a Kadar je primerno, je navedena 4-mestna pozicijska številka. Kjer je navedeno "nekateri od", to pomeni, da je zajeta večina živilskih izdelkov (ne pa vsi), ki jih zajema posamezna položajna številka. V nekaterih primerih je navedena 6-mestna pod-položajna številka za lažjo izpostavitve določenih izdelkov.

^b Živilske izdelke je treba ocenjevati takšne, kot se prodajajo, ali so po pripravi (če je potrebna) v skladu z navodili proizvajalca.

^c sol pomeni ekvivalent soli preračunano iz vsebnosti prisotnega natrija v živilu po formuli $\text{sol} = \text{natrij} \times 2,5$.

^d Mlečne formule in starosti prilagojeno mleko za dojenčke v tem modelu niso zajeti. Oskrba dojenčkov s posebej pripravljenimi mlečnimi formulami (t. im. "follow-up" mleko) ni potrebna, zato ni primerno priporočati niti spodbujati dajanje kakršne koli dopolnilne hrane ali pijače, ki ni nujno potrebna, ker lahko to moti začetek ali vzdrževanje dojenja.

^e Ta vrsta pijač vključuje različne brezalkoholne pijače, ki poleg kofeina pogosto vsebujejo še številne druge snovi. Najpogostejše med njimi so gvarana, taurin, glukuronolakton in vitamini.

^f Mejna vrednost za minimalno vsebnost vlaknine je > 6 g prehranske vlaknine.

^g To je v skladu s smernicami SZO za sladkor v prehrani otrok in odraslih / WHO Guidelines on Sugars Intake for Children and Adults (2015), saj so sadni sladkorji pomemben vir prostega sladkorja pri otrocih. Slovenija se je v skladu z nacionalnimi prehranskimi smernicami odločila, da je primerno spodbujati uživanje suhega sadja, ki ga vključujemo v vsakdanji jedilnik redko in zmerno v manjših količinah ter v kombinaciji s priporočenimi živili.

Priloga: Model za razvrščanje živil in nacionalne prilagoditve

RAZVRŠČANJE ŽIVIL V KATEGORIJE OMOGOČA SPREJETI ODLOČITEV O SPODBUJANJU UŽIVANJA KONKRETNEGA ŽIVILA

Razvrščanje ali klasifikacija živil je opredelitev živil glede na njihovo hranilno sestavo z namenom preprečevanja bolezni in spodbujanja zdravja, kot ga priporoča SZO. Različni deležniki po svetu so razvili več kot 120 različnih modelov za razvrščanje živil za različne namene. Tudi vlade po svetu, od Avstralije, Irske, Nove Zelandije, Norveške, Švedske do Združenega kraljestva in Združenih držav, so vzpostavile modele razvrščanja živil. Danski, norveški in britanski so trije modeli, ki se trenutno uporabljajo v Evropi za omejevanje trženja živil otrokom, in ki so jih bodisi oblikovale ali odobrile vlade. Britanski model, temelječ na sistemu točkovanja, je bolj zapleten in težje prilagodljiv nacionalnim posebnostim.

Model razvrščanja SZO

Kot podlaga za razvoj evropskega modela SZO za prehransko razvrščanje sta bila uporabljena dva obstoječa modela: norveški, ki ga je vzpostavila norveška vlada, stroka pa prilagodila in model, ki ga je oblikoval Danski forum za odgovorno trženje živil/Danish Forum of Responsible Food Marketing Communication, ki ga je odobrila in ga spremlja danska vlada.

Model SZO kot tudi norveški in danski model temeljijo na 17 kategorijah živil. Živila se razvrščajo v njih na podlagi mednarodnih carinskih tarifnih oznak živil, ki so v evropskem modelu SZO povzete po usklajenem sistemu poimenovanj in šifrirnih oznak blaga /Harmonized Commodity Description and Coding System, ki se uporablja globalno, vključno tudi v Evropski uniji.

Mejne vrednosti hranil v posamezni kategoriji živil so večinoma povzete po danskem in norveškem modelu. Model za razvrščanje živil SZO državam dopušča posamezne prilagoditve, glede na nacionalne prehranske cilje ter regionalne oziroma lokalne posebnosti.

Nacionalni model za razvrščanje živil

Model za razvrščanje živil, ki ga uporabljamo v Sloveniji, izhaja iz modela, ki ga je februarja 2015 objavila SZO. Slovenija je v procesu priprave evropskega modela SZO aktivno sodelovala in nato uporabila izhodiščni model ter ga prilagodila nacionalnim prehranskim ciljem.

Prilagoditve modela slovenskim lokalnim posebnostim

Prvotnih 17 kategorij živil je Slovenija dopolnila še z 18. kategorijo - prehranska dopolnila. Podkategorijo mlečni in rastlinski napitki je razdelila na dve ločeni podkategoriji. Pri kategoriji 7 je smetano oddvojila iz prvotne kategorije in oblikovala novo podkategorijo 7b, v katero je vključeno tudi maslo. V kategoriji 4, je postavila dodatno omejitev za sladkor in oblikovala ločeni podkategoriji – mlečni napitki in rastlinski napitki (kot imitacije mleka). V kategoriji 7 je postavila tudi omejitev glede sladil. Vsebnosti soli so v kategorijah 9 in 12 poenotene, v kategoriji 6 pa prilagojene ponudbi na slovenskem tržišču.

Slovenija je SZO model za razvrščanje živil prilagodila tudi v naslednjih elementih:

- kategorija živil 4.a: ni omejitve pri spodbujanju uživanja 100 % sadni in zelenjavni sokovi in smutiji;
- kategorija živil 4.b: mlečni napitki: mejnik za skupne maščobe je 3,5 g/100 g (namesto 2,5 g);
- dodana je omejitev za skupne sladkorje 10 g/100 g;
- dodana je kategorija živil 4.c: rastlinski napitki: mejnik za skupne maščobe ostaja 2,5 g/100 g; dodana je omejitev za skupne sladkorje 10 g/ 100 g in za sol 0,2 g NaCl na 100g ter omejena sladila;
- kategorija živil 7a: jogurt, kislo mleko in podobna živila: mejnik za skupne maščobe je 3,2 g/100 g (namesto 2,5 g), mejnik za nasičene maščobe je 2,6 g/100 g (namesto 2,0 g), dodana je omejitev za sladila: 0 g / 100 g;
- dodana je kategorija živil 7b: smetana in maslo;
- kategorija živil 18: prehranska dopolnila: dodana je nova kategorija, katere uživanje naj se ne spodbuja.

Slovenije je prilagoditve modela utemeljila z naslednjimi razlogi:

Kategorija 4a: V skladu s Smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Ministrstvo za zdravje, 2005) se za otroke in mladostnike priporoča zlasti pitje vode ter tudi zelenjavnih sokov in sadnih sokov, razredčenih z vodo.

Kategorija 4b in 7: V skladu s Smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Ministrstvo za zdravje, 2005) se za otroke in mladostnike priporoča dnevno uživanje mleka in/ali mlečnih izdelkov. Priporoča se, da otroci do dopolnjene starosti dveh let zaradi zagotovitve energijskih potreb uživajo polnomastno mleko, nato pa ob vstopu v šolo postopoma preidejo na uživanje delno posnetega mleka in mlečnih izdelkov. Do dopolnjenega petega leta starosti se odsvetuje uživanje posnetega mleka (0,5 % m.m.).

Kategorija 18: Ker prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano, (8. člen člena Pravilnika o prehranskih dopolnilih (Ur. l. RS, št. 66/2013), naj se ne spodbuja uživanje prehranskih dopolnil .

Ministrstvo se za pomoč in sodelovanje pri izdelavi smernic zahvaljuje:

SZO, Agenciji za komunikacijska omrežja in storitve RS, Nacionalnemu inštitutu za javno zdravje, Biotehniški fakulteti UL, Oddelku za živilstvo, Inštitutu Jožef Stefan in Zvezi potrošnikov Slovenije.