CODEX ALIMENTARIUS
INTERNATIONAL FOOD STANDARDS
Food and Agriculture Organization of the United Nations
World Health Organization
E-mail: codex@fao.org - www.codexalimentarius.org

СТАНДАРД ЗА ФОРМУЛА НАМЕНЕТА ЗА УПОТРЕБА ВО ДИЕТИ ЗА КОНТРОЛА НА ТЕЖИНА

CXS 181-1991

Усвоен 1991 г.

ДЕЛОКРУГ

Овој стандард важи за формула што се користи во диетите за контрола на тежина, како што е дефиниран во Дел 2.

Не се применува на однапред спакуваните оброци со контролирана енергетска вредност кои се претставуваат во форма на конвенционална храна.

ОПИС

Формулата за употреба во диети за контрола на тежина е храна која, кога е презентирана како „готова за јадење“ или приготвена согласно упатството за употреба, целосно или делумно ги заменува севкупните дневни оброци.

ЕСЕНЦИЈАЛЕН СОСТАВ И ФАКТОРИ ЗА КВАЛИТЕТ

3.1 Енергетска вредност

.1 Формулата презентирана како целосна замена на дневните оброци треба да обезбеди не помалку од 800 kcal (3350 kJ) и не повеќе од 1200 kcal (5020 kJ). Поединечните порции или сервирања што се содржат во овие производи треба да обезбедат приближно една третина или една четвртина од вкупната енергетска вредност на производот, зависно од тоа дали препорачаниот број на порции или сервирања на ден изнесува 3 или 4 соодветно.

.2 Формулата презентирана како замена за еден или повеќе од дневните оброци треба да обезбеди не помалку од 200 kcal (835 kJ) и не повеќе од 400 kcal (1670 kJ) по оброк. Кога таквите производи се презентирани како замена за поголемиот дел од дневните оброци, вкупниот енергетски внес не треба да надмине 1200 kcal (5020 kJ).

Нутритивен состав

.1 ***Протеини***

.1 Најмалку 25% и најмногу 50% од енергетската вредност на храната, кога е готова за сервирање, треба да биде добиена од содржината на протеини. Вкупното количество протеини не треба да надминува 125 g на ден.

.2 Протеинот треба да биде:

(i) со нутритивен квалитет еквивалентен на протеинот од јајце или млеко (референтен протеин);

(ii) кога квалитетот на протеинот е послаб од референтниот протеин, минималните нивоа треба да се зголемат за да се надомести за послабиот квалитет на протеинот. Во формулата за употреба во диети за контрола на тежина не треба да се користат протеини чијшто квалитет е послаб од 80% од квалитетот на референтниот протеин.

.3 Дозволено е додавање на есенцијални амино киселини за подобрување на квалитетот на протеинот само во количества неопходни за таа цел. Смеат да се користат само L-формите на амино киселините, со исклучок на DL-метионин.

.2 ***Масти и линолеати***

Енергетската вредност добиена од масти не треба да надминува 30% од енергетската вредност на производот, при што не помалку од 3% да потекнува од линолна киселина (во форма на глицерид).

.3 ***Витамини и минерали***

.1 Формулата презентирана како целосна замена за сите дневни оброци, треба да обезбеди најмалку 100% од количеството на витамините и минералите во рамки на дневниот внес. Може да се вклучат и други есенцијални нутриенси што не се наведени подолу.

Витамин A	600 μg еквиваленти на ретинол
Витамин D	2,5 μg
Витамин E	10 mg
Витамин C	30 mg
Тиамин	0,8 mg
Рибофлавин	1,2 mg
Ниацин	11 mg
Витамин B6	2 mg
Витамин B12	1 μg
Фолат	200 μg
Калциум	500 mg
Фосфор	500 mg
Железо	16 mg
Јод	140 μg
Магнезиум	350 mg
Бакар	1,5 mg
Цинк	6 mg
Калиум	1,6 g

Натриум	1,0 g

.2 Количеството на витамини и минерали во формулата презентирана како замена за еден оброк, треба биде намалено под количествата наведени во 3.2.3.1 за да обезбеди најмалку 33% или 25% од овие количества, зависно од тоа дали препорачаниот број сервирања на ден е 3 или 4 соодветно.

Состојки

Формулата наменета за употреба во диети за контрола на тежината треба да се подготвува од протеински состојки од животинско и/или растително потекло за кои е докажано дека се погодни за човечка исхрана и од други погодни состојки неопходни за постигнување на есенцијалниот состав на производот како што е наведено во Деловите 3.1 и 3.2 погоре.

АДИТИВИ

Адитивите одобрени од Заедничката експертска комисија за адитиви на ФАО и СЗО се дозволени во количества кои не ги надминуваат нивоата еквивалентни на „прифатливиот дневен внес“.

КОНТАМИНЕНТИ

5.1 Резидуи од пестициди

Производот треба да се подготви согласно добрите производни пракси, за да се избегне задржување во крајниот производ на резидуи од пестициди неопходни за производство, складирање или преработка на суровините или на состојките во финалниот прехранбен производ или, доколку тоа е технички неизбежно, да се намалат во најголема можна мера.

Други контаминенти

Производот не смее да содржи резидуи од хормони и антибиотици, што се утврдува со помош на договорените методи на анализа, и практично нема да содржи други контаминенти, а особено не фармаколошки активни супстанции.

ХИГИЕНА

Во мера колку што е тоа возможно со добрите производни пракси, производот нема да содржи непожелни примеси.

При тестирање со соодветни методи за земање мостри и испитување, производот:

(a) не треба да содржи патогени микроорганизми;

(b) Не треба да содржи какви било супстанции што потекнуваат од микроорганизми во количества што може да претставуваат опасност по здравјето на луѓето; и

(c) Не треба да содржи ниту една друга отровна или штетна супстанција во количества што може да претставуваат опасност по здравјето на луѓето.

ПАКУВАЊЕ

Производот се пакува во амбалажа којашто го гарантира хигиенскиот и друг квалитет на храната. Кога е во течна форма, производот термички се обработува и пакува во херметички затворена амбалажа за да се обезбеди стерилност; како медиуми за пакување може да се користат азот и јаглероден диоксид.

Амбалажата, вклучително и материјалите за пакување, се изработуваат само од супстанции што се безбедни и погодни за нивната предвидена употреба. Доколку Комисија на Кодекс алиментариус има утврдено стандард за некоја од супстанциите што се користат како материјали за пакување, тогаш важи тој стандард.

ИСПОЛНЕТОСТ НА АМБАЛАЖАТА

Во случај на готови производи, исполнетоста на амбалажата треба да биде:

(a) Не помалку од 80% v/v за производи што тежат помалку од 150 g (5 oz);

(b) не помалку од 85% v/v за производи што тежат во опсег од 150-250 g (5-8 oz); и

(c) не помалку од 90% v/v за производи што тежат повеќе од 250 g (8 oz)

од водниот капацитет на амбалажата. Водниот капацитет на амбалажата е волуменот на дестилирана вода на 20^{o} C што може да се смести во запечатената амбалажа кога е целосно наполнета.

ОЗНАЧУВАЊЕ

Покрај соодветните Делови од *Општиот стандард за означување на однапред спакуваната храна за посебна исхрана и за тврдењата во однос на таквата храна* (CXS 146-1985)[1], важат и следниве одредби:

1 Во понатамошен текст: „Општиот стандард“

9.1 **Име на храната**

Името на храната е „Замена на оброк заради контрола на тежината“.

9.2 **Список на состојки**

Се наведува целосниот список на состојки во согласност со Дел 4.2 од Општиот стандард.

9.3 **Означување на нутритивната вредност**

9.3.1 Нутритивната вредност се изразува во грами на 100 g или 100 ml од производот како што се продава и, каде што е соодветно, за определено количество храна што се предлага за консумирање:

(a) енергетска вредност изразена во килокалории (kcal) и килоџули (kJ);

(b) количество протеини, достапни јагленихидрати и масти изразено во грами;

(c) количество на витамини и минерали од Дел 3.2.3 изразено во метрички единици;

(d) дополнително може да се означи и количеството на другите нутриенси.

9.3.2 Доколку на означувањето е деклариран составот на масните киселини, тоа се врши во согласност со *Насоките за нутритивно означување* (CXG 2-1985).

9.3.3 Дополнително, количеството на витамини и минерали може се изрази и како процент од референтниот препорачан дневен внес (Reference RDA) во согласност со *Насоките за нутритивното означување*.

9.3.4 Во земјите каде што обично се користи големина на сервирањето (стандардизирано количество на храна), информациите опишани во Деловите 9.3.1 до 9.3.3 може да се дадат само за сервирањето, како што е квантифицирано на означувањето, или за порција, под услов да се наведе бројот на сервирања или порции што се содржат во пакувањето.

9.3.5 Доколку упатството за употреба посочува дека храната треба да се комбинира со други состојки, покрај информациите од Дел 9.3.1, на означувањето може да се наведе и нутритивната вредност на финалната комбинација.

9.4 **Рок на траење**

Рокот на траење се означува во согласност со Делот 4.8 од Општиот стандард.

9.5 **Упатство за чување**

9.5.1 ***Неотворена храна***

Означувањето треба да содржи информација за посебните услови за чување на храната, доколку рокот на траење зависи од тоа.

9.5.2 ***Отворена храна***

На означувањето се става упатство за чување на отвореното пакување храна за да се обезбеди дека храната ќе го зачува својот квалитет и нутритивна вредност. Доколку е потребно, на означувањето треба да се стави и предупредување доколку храната не смее да се чува по отворањето или не смее да се чува во амбалажата по отворањето.

9.6 **Дополнителни одредби**

9.6.1 Означувањето не треба да содржи изјава која упатува на брзината или степенот на намалена телесна тежина која може да резултира од употребата на конкретната храна или на намалување во поглед на чувството на глад или зголемување во поглед на чувството на ситост.

9.6.2 Означувањето треба содржи изјава за важноста од внесување доволно количество течности во текот на денот кога се користи формула за контрола на тежината.

9.6.3 Доколку со храната се обезбедува дневна доза на полиоли поголема од 20 грама на ден, треба да се назначи дека истата може да има лаксативен ефект.

9.6.4 Означувањето треба да содржи изјава дека храната може да има позитивно влијание врз контрола на тежината само како дел од диетата со ограничена енергетска вредност.

9.6.5 За производите што се претставуваат како замена за севкупната дневна исхрана, означувањето треба да содржи истакната изјава дека храната не треба да се користи подолго од шест недели без консултација со медицинско лице.