

# Hvernig á að merkja matvæli á réttan hátt?

Merkingar matvæla eiga að gefa neytendum nægar upplýsingar til að velja á milli þeirra á grundvelli innihalds. Þær geta einnig verið nauðsynlegar vegna matvælaöryggis, t.d. ofnæmis, rekjanleika, geymsluskilyrða og annarra leiðbeininga. Merkingar mega ekki vera villandi, t.d. varðandi samsetningu, og það má ekki fullyrða eða gefa í skyn að matvæli hafi áhrif eða eiginleika sem þau hafa ekki. Í þessum pistli verður farið yfir nokkur atriði varðandi innihaldslýsingar.

## **Innihaldsefni í röð eftir minnkandi magni**

Í innihaldslýsingu eiga að koma fram öll hráefni, aukefni og önnur efni (bragðefni, ensím) sem notuð eru í vöruna. Þessum efnum á að raða eftir magni þannig að fyrst kemur það hráefni sem mest er af og í lokin það sem minnst er af.

## **Samsett innihaldsefni:**

Ef samsett innihaldsefni eru í vöru, t.d. smurostur í skinkuhornum, þá þarf innihald smurostsins að koma fram í innihaldslýsingu skinkuhornanna.

## **Ofnæmis- eða óþolsvaldur:**

Ýmis algeng innihaldsefni, s.s. egg, geta valdið ofnæmi eða óþoli. Fjórtán algengustu ofnæmis- og óþolsvaldar eru taldir upp í reglugerð og er skylt að merkja þá og afluðir þeirra á skýran hátt. Stundum er það gert í sérramma á eftir innihaldslýsingu. Þegar matvælafyrirtæki telur sig ekki geta tryggt að ofnæmisvaldur sem notaður er í ákveðna vöru, berist ekki í aðrar vörur, er hægt að nota merkinguna „getur innihaldið ...“

## **Magnmerking:**

Ef lögð er áhersla á ákveðið hráefni í heiti vöru, s.s. á jarðarber í jarðarberjajógúrt, eða ef myndir eru

af hráefni t.d. jarðarberjum á umbúðum er skylt að merkja magn þess í % við heiti vörunnar eða í innihaldslýsingu. Einnig þarf að merkja magn hráefnis sem er hefðbundið innihaldsefni vörunnar, s.s. % mandlna í kransaköku, % kjöts í bjúgum, % tómata, jalapeno og chilipipars í taco-sósu.

## **Aukefni:**

Merkja þarf aukefni með flokksheiti sem lýsir tilgangi með notkun þess og síðan með heiti efnisins eða E-númeri. Dæmi: Rotvarnarefni (Natríumbensóat) eða rotvarnarefni (E-211). E-númerin hafa þann kost að þau eru eins á öllum tungumálum. Bókstafurinn E stendur fyrir Evrópu og aukefni fá ekki E-númer nema þau hafi verið samþykkt til notkunar að lokinni umfjöllun af hálfu Matvælaöryggisstofnunar Evrópu (EFSA).



**Merking** Mikilvægt er að merkja öll matvæli vel og vandlega.

### **Bragðefni:**

Ekki þarf að merkja bragðefni með heiti, nema þegar um er að ræða kínín eða koffín.

Reglugerðir um merkingar matvæla má finna á vef Matvælastofnunar, [www.mast.is](http://www.mast.is).

Hafi neytendur athugasemdir við merkingu matvæla er þeim bent á að hafa samband við ábyrgðaraðila (fyrirtækið sem er merkt á vöruna), Heilbrigðiseftirlitið eða Matvælastofnun.

Matvælastofnun heldur fræðslufund um merkingar matvæla miðvikudaginn 27. apríl 2011 kl. 15-16 í umdæmisskrifstofu stofnunarinnar í Reykjavík á Stórhöfða 23 þar sem fjallað verður um þær kröfur sem gerðar eru til matvælaframleiðenda um innhaldslýsingu á umbúðum matvæla.

**Jónína Þ. Stefánsdóttir,**  
**matvælafræðingur**  
**hjá Matvælastofnun.**