



Skráargatið

Ný reglugerð til umsagnar

Jónína Þ. Stefánsdóttir

18. febrúar 2014

Fræðslufundur á Matvælastofnun



Skráargatið í 25 ár

- 
- 1989 Sænska Skráargatið
 - 2009 Skráargatið varð norrænt
 - 2011 Endurskoðun hófst
 - 2013 Ísland með 12. nóvember
 - 2014 Endurskoðun lýkur
 - 2014 Nýjar reglur taka gildi 13. des.
 - 2015 Núverandi og nýjar reglur
 - 2016 1. jan Eingöngu nýjar reglur

Breytingar nú

- Flokkar og röð þeirra, nýir bætast við, einn fer út
- Fleiri matvörur án forpökkunar með Skráargatinu
- Skilyrðin: Einkum salt og mettaðar fitusýrur
- Skilgreiningar, að mestu samræmdar öðrum reglugerðum (EB nr. 1169/2011 og hollustuháttareglugerðum)



Núverandi flokkar

- Mjólk, sýrðar mjólkurvörur og jurtavalkostir (1-5)
- Ostar og jurtavalkostir (6 - 8)
- Fita og olíur (9 – 10)
- Kjöt (11),
- Fiskur (12)
- Kjöt >50% (13a),
- Fiskur > 50% (13b)
- Megin próteinuppistaða máltíða, >95% Jurtaafurðir (13c)
- Tilbúnir réttir, máltíðir, samlokur, súpur ofl (14 – 17)
- Ávextir, ber, grænmeti ofl (18 – 19)
- Brauð, hrökkbrauð, pasta, morgunkorn, mjöl ofl (20 – 24)
- Grautar og grautaduft (25)

Verðandi flokkar

- Grænmeti, ávextir, ber og hnetur (1 - 3)
- Mjöl, korn og hrísgrjón (4 - 6)
- Grautar brauð og pasta (7 - 10)
- Mjólk og sýrðar mjólkurvörur með viðbættu bragði, og jurtavalkostir (11 – 14)
- Ostar og jurtavalkostir (15 – 17)
- Fita, fitublöndur og olíur (18 – 19)
- Lagarafurðir og vörur úr lagarafurðum (20 – 21 a-e)
- Kjöt, unnar kjötvörur og kjötafurðir (22 – 23 a-d)
- Jurtavörur (24)
- Tilbúnir réttir, samlokur, súpur o.fl. (25 – 30)
- Salatsósar og sósar (31 - 32)

Nýir flokkar

- 3 Hnetur og jarðhnetur (ósaltar)
- 5 Hrísgrión
- 29 Grænmetissúpur
- 30 Smaréttir
- 31 Salatsósar
- 32 Sósar

Skipting í undirflokkar

- Brauð og Rúgbrauð
- Nokkrir fiskflokkar og nokkrir kjötflokkar

Flokkur fellur út

Núverandi flokkur fellur út:

2. Sýrðar mjólkurvörur með viðbættu bragði.

- fita, hámark: 0,7 g/100 g
- heildarmagn sykurs, hámark: 9 g/100 g

Skráargatið má nota á:

- Forpökkuð matvæli í matvælaflokkum í viðauka 2
- Skráargatið er næringarfullyrðing(ar)
- Skv. reglugerð um næringar- og heilsufullyrðingar þarf alltaf næringargildismerkingu á forpakkaðar matvörur sem bera fullyrðingu.

Skráargatið má nota á:

Eftirfarandi matvæli sem eru ekki forþökkuð :

- Grænmeti o.fl. sem er óunnið (1)
- Ávextir og ber (2)
- Brauð (8a og b) - NÝTT – gefa næringargildi
- Hrökkbrauð (9) - NÝTT – gefa næringargildi
- Ostar, aðrir en ferskir ostar (15) - NÝTT – gefa næringargildi
- Jurtavalkostir við osta (16) - NÝTT – gefa næringargildi
- Lagarafurðir og lifandi samlokur (20)
- Kjöt (22) - NÝTT – gefa næringargildi

Næringargildi f. óforpakkaðar vörur

- Upplýsingar um næringargildi sé áberandi staðsett, vel sýnileg og auðlæsileg áður en kaup fara fram.
- Ef matvælum sem falla undir flokka 8 a og b, 9, 15, 16 og 22 er **pakkað inn til beinnar sölu í sjálfsafgreiðslu, skulu umbúðir vera merktar með næringargildi.**

Næringargildi f. forpakkaðar vörur

- Skv. nógildandi reglugerð nr. 410/2009, 9. grein merkja með styttri eða lengri næringargildismerkingu, eftir því hvaða skilyrði gilda
- Frá 13. desember 2014 (í EB) skal merkja þær skv. reglugerð EB nr. 1169/2011, sem innleidd verður hér. Það má merkja skv. þessari reglugerð **núna**.

Næringargildi	í 100 g eða 100 ml
Orka	kJ og kkal
Fita	g
Þar af mettuð fita	g
Kolvetni	g
Þar af sykur	g
Prótein	g
Salt	g

Næringargildi	í 100 g eða 100 ml
Orka	kJ og kkal
Fita	g
Þar af:	
mettuð	g
einómettuð	g
fjölómettuð	g
Kolvetni	g
Þar af:	
sykur	g
fjölalkóhól	g
sterkja	g
Trefjar	g
Prótein	g
Salt	g
Vítamín/steinefni	Einingar skv. XIII. viðauka % NV

Skilyrði þegar Skráargatið er notað:

- Eingöngu má bæta fitu, sykri eða salti í þá matvælaflokka sem hafa skilyrði um fitu, sykur eða salt í viðauka 2.
- Matvæli, mega ekki innihalda meira en 2 grömm af transfitusýrum í hverjum 100 grömmum af heildarfitumagni, sbr. reglugerð nr. 1045/2010.

Skilyrðin verða að standast

- Skráargatið er næringarfullyrðing(ar)
- Skilyrði fullyrðinga þurfa alltaf að standast
- Skilyrði Skráargatsins voru upphaflega m.v. meðaltal
 - Sama tala í skilyrðum þýðir því ekki sömu kröfur og var

Dæmi: hámark 10 g fita

- Fita má aldrei vera yfir 10 g

Dæmi: lágmark 6 g trefjar

- Trefjar mega aldrei vera undir 6 g

Skráargatið má ekki nota á:

- Matvæli sem innihalda eftirfarandi innihaldsefni:
 - sætuefni (aukefni)
 - samþykkt ný matvæli og ný innihaldsefni með sætueiginleika
 - plöntusteróla, plöntusterólestera, plöntustanóla eða plöntustanólestera
- Matvæli sem eru sérstaklega ætluð börnum undir þriggja ára aldri, sbr. reglugerð nr. 708/2009.

Flokkarnir í viðauka 2



Grænmeti, ávextir, ber og hnetur

Í floknum grænmeti er lagt til að sett séu inn ný skilyrði um fitu og mettaðar fitusýrur. Sykurskilyrði er óbreytt. Ekkert skilyrði er fyrir ávexti og ber. Lagt er til að settur sé inn nýr flokkur fyrir ósaltaðar hnetur með skilyrði um hámarks magn af mettaðri fitu.



Grænmeti, ávextir, ber og hnetur

1 Grænmeti, rótarávextir, belgbaunir (nema jarðhnetur) og kartöflur.
Vörurnar mega vera unnar.
Ferskar kryddjurtir falla einnig undir þennan flokk.

- fita önnur en fita úr grænmetinu, hámark 3 g/100 g
- mettaðar fitusýrur, hámark 20% af fituinnihaldi
- viðbættur sykur, hámark 1 g/100 g
- salt hámark, 0,5 g/100 g

2 Ávextir og ber sem eru óunnin.
Vörurnar mega þó vera hitameðhöndlaðar.

3 Hnetur og jarðhnetur.

- mettaðar fitusýrur hámark, 10 g/100 g

Mjöl, korn og hrísgrjón

Í floknum morgunkorn er lagt til að krafan um heilkorn sé aukin. Lagt er til að nýr flokkur komi inn fyrir heilkornahrísgrjón með sér skilyrði um magn trefja. Fyrir morgunkorn og músli er slakað á skilyrðum um fitu, en hert er á skilyrðum um salt og viðbættan sykur. Lagt er til að sett séu inn skilyrði um mettaðar fitusýrur.



Mjöl, korn og hrísgrjón

4 Korn, mjöl af korntegundum, sem innihalda a.m.k. 100% heilkorn reiknað út frá þurrefnisinnihaldi vörunnar. Klíð og kím falla einnig undir þennan flokk.

- trefjar að minnsta kosti, 6 g/100 g

5 Hrísgrejón sem innihalda 100% heilkorn reiknað út frá þurrefnisinnihaldi vörunnar.

- trefjar að minnsta kosti, 4 g/100 g

6 Morgunkorn og múslí sem innihalda a.m.k. 55% heilkorn reiknað út frá þurrefnisinnihaldi vörunnar. Fyrir glútenlaust morgunkorn og múslí er skilyrði um að heilkorn sé a.m.k. 20%.

- fita hámark, 8 g/100 g
- mettaðar fitusýrur hámark, 20% af fituinnihaldi
- sykur hámark, 13 g/100 g
- viðbættur sykur hámark, 7 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti, 6 g/100 g
- salt hámark, 1 g/100 g

Morgunkorn og múslí 55%heilkorn (var 50%) (20% f glútenlaust)

Nú flokkur 23

- fita, hámark: 7 g/100 g
- sykur, hámark: 13 g/100 g
- viðbættur sykur, hámark: 10 g/100 g
- trefjar amk 6 g/100 g
- natríum, háam: 0,5 g/100 g

Tillaga flokkur 6

- fita hámark: 8 g/100 g
- mettaðar fitusýrur hámark, 20% af fitu
- sykur hámark: 13 g/100 g
- viðbættur sykur hámark: 7 g/100 g
- trefjar amk: 6 g/100 g
- salt hámark: 1 g/100 g

Grautar, brauð og pasta

Í floknum fyrir grauta og brauðvörur er lagt til að krafan um heilkorn sé aukin. Lagt er til að sett sé inn skilyrði um mettaðar fitusýrur í flokkunum fyrir graut, brauð og hrökkbrauð. Hert er á skilyrðum um salt í öllum flokkunum.



Grautar, brauð og pasta

Skilyrðin gilda fyrir vöruna tilbúna til neyslu

Heilkorn er alltaf reiknað út frá þurrefnisinnihaldi vörunnar.

7 Grautar og grautarduft (tilreitt samkvæmt leiðbeiningum framleiðandans) sem inniheldur a.m.k. 55% heilkorn

- fita hámark, 4 g/100 g
- mettaðar fitus. hámark, 20% af fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti, 1 g/100 g
- salt hámark, 0,3 g/100 g

8a) Brauð og brauðblöndur þar sem aðeins vökva og ef til vill geri er bætt í, og sem inniheldur a.m.k. 30% heilkorn. Vörur sem eru í flokki 8 b falla ekki undir þennan flokk. F. glútenlaus brauð og -blöndur, heilkorn amk 10%.

- fita hámark, 7 g/100 g
- mettaðar fitus. hámark, 20% af fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti, 5 g/100 g
- salt hámark, 1 g/100 g

8b) Rúgbrauð og aðrar rúgvörur ásamt rúgbrauðsblöndum þar sem aðeins vökva og ef til vill geri er bætt í, sem inniheldur að minnsta kosti 30% af heilkorni. Í vörunum skal amk 30% af korninnihaldi vera rúgur.

- fita hámark, 7 g/100 g
- mettaðar fitus. hámark, 20% af fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti, 6 g/100 g
- salt hámark, 1,1 g/100 g

9 Hrökkbrauð og bruður, sem innihalda að minnsta kosti 50% heilkorn
Fyrir glútenlaus hrökkbrauð og bruður er skilyrði um að heilkorn sé amk 15%.

- fita hámark, 7 g/100 g
- mettaðar fitus. hámark, 20% af fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti, 6 g/100 g
- salt hámark, 1,3 g/100 g

10 Pasta (ekki fyllt) sem inniheldur amk 50% heilkorn
Engin skilyrði um heilkorn í glútenlausu pasta (ófylltu).

- trefjar að minnsta kosti, 6 g/100 g
- salt hámark, 0,1 g/100 g

7 Grautar og grautarduft (tilreitt skv leiðbeiningum) sem inniheldur a.m.k. 55% heilkorn (var 50%)

Nú flokkur 25

- fita, hámark: 5 g/100 g
- sykur, hámark: 5 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti: 6 g/100 g (VILLA)
- natríum, hámark: 0,2 g/100 g

Tillaga flokkur 7

- fita hámark, 4 g/100 g
- mettaðar fitusýrur hámark, 20% af fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar að minnsta kosti, 1 g/100 g
- salt hámark, 0,3 g/100 g

Skilyrðin gilda fyrir vöruna tilbúna til neyslu

Brauð og brauðblöndur, 30% heilkorn (var 25%)(en 10% í glútenlausum)

Nú flokkur 20

- fita, hámark: 7 g/100 g
- sykur, hámark: 5 g/100g
- trefjar amk: 5 g/100 g
- natríum,
hámark: 0,5 g/100 g

Tillaga flokkur 8a

- fita hámark, 7 g/100 g
- mettaðar fitusýrur
hámark, 20% af
fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar amk, 5 g/100 g
- salt hámark, 1 g/100 g

Rúgbrauð og rúgvörur, - NÝR FLOKKUR

30% heilkorn, rúgur 30 % korninnihalds

Nú flokkur 20 (brauð)

- fita, hámark: 7 g/100 g
- sykur, hámark: 5 g/100g
- trefjar amk: 5 g/100 g
- natríum,
hámark: 0,5 g/100 g

Tillaga flokkur 8b

- fita hámark, 7 g/100 g
- mettaðar fitusýrur
hámark, 20% af
fituinnihaldi
- sykur hámark, 5 g/100 g
- trefjar amk, 6 g/100 g
- salt hámark, 1,1 g/100 g

Mjólk, sýrðar mjólkurvörur og jurtavalkostir

Lagt er til að flokkurinn fyrir mjólk og sýrðar mjólkurvörur án viðbættis bragðs sé óbreyttur, en að flokkurinn fyrir sýrðar mjólkurvörur með viðbættu bragði sé tekinn út. Fyrir jurtavalkostina er skilyrði um mettaðar fitusýrur hert.





- MJÓLK- NÚNA :

	Matvælaflokkur	Skilyrði
1.	Mjólk og súrðar mjólkurvörur án viðbættis bragðs.	- fita, hámark: 0,7 g/100 g
2.	Súrðar mjólkurvörur með viðbættu bragði.	- fita, hámark: 0,7 g/100 g - heildarmagn sykurs, hámark: 9 g/100 g
3.	Jurtavörur sem er litið á sem valkost við vörurnar í vöruflokki 1.	- fita, hámark: 1,5 g/100 g - mettaðar fitusýrur, hámark: 33% af heildarfituinnihaldi. - heildarmagn sykurs, hámark: 5 g/100 g - natríum, hámark: 0,04 g/100 g
4.	Vörur sem eru blanda af mjólk og rjóma sem eru ætlaðar sem valkostur við rjóma og tilsvarendi súrðar mjólkurvörur sem fyrst og fremst eru ætlaðar til matargerðar. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita, hámark: 5 g/100 g - heildarmagn sykurs, hámark: 5 g/100 g - natríum, hámark: 0,1 g/100 g
5.	Jurtavörur að hluta eða öllu leyti ætlaðar sem valkostur við vörur í vöruflokki 4.	- fita, hámark: 5 g/100 g - mettaðar fitusýrur, hámark: 33% af heildarfituinnihaldi. - heildarmagn sykurs, hámark: 5 g/100 g - natríum, hámark: 0,1 g/100 g

Fellur út

Lækkar í 25%

Lækkar í 25%

- Verður:



Mjólk, sýrðar mjólkurvörur og jurtavalkostir

11 Mjólk og sýrðar mjólkurvörur án viðbætts bragðs. Einnig tilsvarendi laktósalausar vörur.

- fita hámark, 0,7 g/100 g

12 Jurtavörur sem notaðar eru á sama hátt og vörur í flokki 11.

- fita hámark, 1,5 g/100 g
 - mettaðar fitusýrur hámark, 25% af fituinnihaldi
 - sykur hámark, 5 g/100 g
 - salt hámark, 0,1 g/100 g

13 Vörur sem eru blanda af mjólk og rjóma og eru notaðar á sama hátt og rjómi og tilsvarendi sýrðar vörur. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.

- fita hámark, 5 g/100 g
 - sykur hámark, 5 g/100 g
 - salt hámark, 0,3 g/100 g

14 Jurtavörur að hluta eða öllu leyti, notaðar á sama hátt og vörur í flokki 13. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði

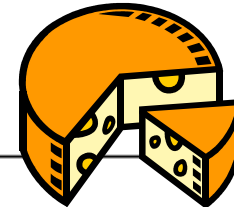
- fita hámark, 5 g/100 g
 - mettaðar fitusýrur hámark, 25% af fituinnihaldi
 - sykur hámark, 5 g/100 g
 - salt hámark, 0,3 g/100 g

Ostar og jurtavalkostir

Í ostaflokki er lagt til að aðeins sé slakað á skilyrðum um salt. Hins vegar er hert á skilyrði um salt fyrir ferska osta.



• OSTAR - NÚNA :



6.	Ferskur ostur og svipaðar vörur. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita hámark: 5 g/100 g - natrium hámark: 0,35 g/100 g
7.	Jurtavörur að hluta eða öllu leyti ætlaðar sem valkostur við vörurnar í vöruflokki 8. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita, hámark: 17 g/100 g - mettaðar fitusýrur, hámark: 20% af heildarfituinnihaldi. - natrium, hámark: 0,5 g/100 g
8.	Aðrir ostar og svipaðar vörur. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita, hámark: 17 g/100 g - natrium, hámark: 0,5 g/100 g

• Verður:

Ostar og jurtavalkostir	
15 Ostar, aðrir en ferskostar í flokki 17. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita hámark, 17 g/100 g - salt hámark, 1,6 g/100 g
16 Jurtavörur að hluta eða öllu leyti, sem notaðar eru á sama hátt og vörur í flokki 15. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita hámark, 17 g/100 g - mettaðar fitusýrur hámark, 20% af fituinnihaldi - salt hámark, 1,5 g/100 g
17 Ferskostar og samsvarandi vörur. Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.	- fita hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 0,8 g/100 g

Fita, fitublöndur og olíur

Fyrir flokkinn fita, fitublöndur og olíur eru saltskilyrðin hert. Sama gildir um skilyrði um mettaðar fitusýrur. Hins vegar er slakað á skilyrðum um magn fitu í fitum og fitublöndum.



- FITA, OLÍUR – NÚNA :

9.	Fita og fitublöndur til matargerðar, sem falla undir reglugerð ráðsins nr. 1234/2007/EB.	<ul style="list-style-type: none"> - fita, hámark: 41 g/100 g - mettaðar fitusýrur, hámark: 33% af heildarfituinnihaldi. - natríum, hámark: 0,5 g/100 g
10.	Olíur og fljótandi smjörliki.	<ul style="list-style-type: none"> - mettaðar fitusýrur, hámark: 20% af heildarfituinnihaldi. - natríum, hámark: 0,5 g/100 g

- Verður:

Fita, fitublöndur og olíur	
<p>18 Fita og fitublöndur.</p> <p>Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - fita hámark, 80 g/100 g - mettaðar fitusýrur hámark, 25% af fituinnihaldi - salt hámark, 1 g/100 g
<p>19 Olíur, fljótandi fita og fljótandi smjörliki.</p> <p>Vörurnar geta verið með viðbættu bragði.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - mettaðar fitusýrur hámark, 20% af fituinnihaldi - salt hámark, 1 g/100 g

Lagarafurðir og vörur úr lagarafurðum (fiskur, skelfiskur, krabbadýr, lindýr, og vörur úr þeim)

Í flokki vörur úr lagarafurðum er lagt til að sett séu skilyrði um salt. Önnur skilyrði eru óbreytt.



Nú (13b): Amk 50% fiskur oþh
fita önnur en fiskifita, hámark: 10 g/100 g
sykur, hámark: 5 g/100 g

Verður 21:

21 Vörur sem eru framleiddar úr a.m.k 50% lagarafurðum.	
Vörurnar geta innihaldið sósu eða lög. Hundraðshlutinn og skilyrðin eiga við þann hluta vörunnar sem er ætlaður til neyslu. Vörurnar geta verið brauðhúðaðar, en tilreiðslan sem er gefin upp má ekki bæta fitu við vöruna.	
21 a) Vörur úr lagarafurðum og sem falla ekki undir flokka 21 b-e.	- fita önnur en fiskfita hámark, 10 g/100 g - sykur hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 1,5 g/100 g
21 b) Sneiddar áleggsvörur.	- fita önnur en fiskfita hámark, 10 g/100 g - sykur hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 2,5 g/100 g
21 c) Reyktur eða grafinn fiskur.	- fita önnur en fiskfita hámark, 10 g/100 g - sykur hámark 5 g/100 g - salt hámark 3 g/100 g
21 d) Kaviar og annað fisklagmeti.	- fita önnur en fiskfita hámark 10 g/100 g - sykur hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 3 g/100 g
21 e) Niðursoðnar lagarafurðir.	- fita önnur en fiskfita hámark, 10 g/100 g - sykur hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 1 g/100 g

22 - 21 a-d FISKUR, KRABBADÝR OPH	HÁMARK		
Matvælaflokkur	Fita önnur en fiskfita	Sykur	Salt
20 Lagarafurðir og lifandi samlokur. Vörurnar mega vera tilreiddar.			
21 Vörur úr amk 50% unnum lagarafurðum. Geta innihaldið sósu eða lög. Þær geta verið brauðhúðaðar			
21 a) Vörur úr lagarafurðum og sem falla ekki undir flokka 21 b-e	10 (10)	5 (5)	1,5
21 b) Áleggsvörur, sneiddar	10 (10)	5 (5)	2,5
21 c) Reyktur eða grafinn fiskur	10 (10)	5 (5)	3
21 d) Kavíar og annað fisklagmeti	10 (10)	5 (5)	3
21 e) Niðursoðnar lagarafurðir	10 (10)	5 (5)	1

Kjöt og kjötafurðir

Í flokkunum með unnum kjötvörum og kjötafurðum er lagt til að sett séu skilyrði um salt. Önnur skilyrði eru óbreytt.



Nú (13a): Amk 50%kjöt

- fita, hámark: 10 g/100 g og sykur, hámark: 5 g/100 g

Verður 23:

23 Vörur sem eru framleiddar úr að minnsta kosti 40% kjöti.

Skilyrði fyrir lifrarkæfu í flokki 23 b) er þó að minnsta kosti 35% kjöt.

Vörurnar mega innihalda sósu eða lög.

Hundraðshlutinn og skilyrðin gilda fyrir þann hluta vörunnar sem er ætlaður til neyslu.

Þær geta verið brauðhúðaðar, en tilreiðslan sem er gefin upp má ekki bæta fitu við vöruna.

Unnar kjötvörur

23 a) Vörur úr heilu eða niðurskornu kjöti.

Þær geta verið marineraðar, kryddaðar og einnig með viðbættum legi.

- Fyrir sprautusaltaðar vörur.

- fita hámark, 10 g/100 g
- sykur hámark, 5 g/100 g
- salt hámark, 1 g/100 g

- salt hámark, 0,5 g/100 g

Kjötafurðir

23 b) Vörur úr hökkuðu kjöti þar sem hakkaða kjötið er meirihluti af heildarkjöt magninu.

- Fyrir kæfu og lifrarkæfu.

- Fyrir matarpylsur og áleggspylsur.

- fita hámark, 10 g/100 g
- sykur hámark, 5 g/100 g
- salt hámark, 1,6 g/100 g

- salt hámark, 1,7 g/100 g
- salt hámark, 2 g/100g

23 c) Sneiddar áleggsvörur.

- fita hámark, 10 g/100 g
- sykur hámark, 5 g/100 g
- salt hámark, 2,5 g/100 g

23 d) Vörur úr heilum kjötstykkjum eða niðurskornu kjöti þar sem niðurskorna kjötið er meirihluti af heildarkjöt magninu.

- fita hámark, 10 g/100 g
- sykur hámark, 5 g/100 g
- salt hámark, 2 g/100 g

22 - 23 a-d KJÖT OG KJÖTVÖRUR	HÁMARK		
Matvælaflokkur	Fita	Sykur	Salt
22 Kjöt sem er óunnið.	10 (10)		
23 Vörur úr amk 40% kjöti. Lifrarkæfa 23 b) amk 35% "kjöt" Vörunar mega innihalda sósu eða lög. Þær geta verið brauðhúðaðar			
Unnar kjötvörur (meat preparations)			
23 a) Vörur úr heilu eða niðurskornu kjöti. Þær geta verið yfirborðsmarineraðar, kryddaðar og evt einnig með viðbættum legi. - fyrir sprautusaltaðar vörur.	10 (10)	5 (5)	1 0,5
Kjötafurðir (meat products)			
23 b) Vörur úr hökkuðu kjöti þar sem hakkaða kjötið er meirihluti af heildarkjöt magninu. - fyrir kæfu og lifrarkæfu. - fyrir matarpylsur og áleggspylsur.	10 (10)	5 (5)	1,6 1,7 2
23 c) Áleggspylsur, sneiddar.	10 (10)	5 (5)	2,5
23 d) Vörur úr heilum kjötstykkjum eða niðurskornu kjöti þar sem niðurskorna kjötið er meirihluti af heildarkjöt magninu.	10 (10)	5 (5)	2

Nú 13c: Aðalpróteinhluti máltíðar/áleggs, 95% úr jurtahráefnum

13.c.	<p>Vörur sem teljast meginpróteinuppistaðan í máltíð eða sem álegg og að minnsta kosti 95% hráefna eru jurtaafurðir.</p> <p>Vörurnar mega ekki vera brauðhúðaðar, en þær mega innihalda sósu eða lög. Hundraðshlutinn á við um þann hluta vörunnar sem er ætlaður til neyslu.</p>	<ul style="list-style-type: none">- fita, hámark: 10 g/100 g- heildarmagn sykurs, hámark: 5 g/100 g <p>Skilyrði á við um þann hluta vörunnar sem er ætlaður til neyslu.</p>
-------	---	--

• Verður 24:

Jurtavörur

<p>24 Vörur sem eru ætlaðar sem mikilvægasti próteinhluti máltíðar eða sem álegg, og er gert úr að minnsta kosti 95% jurtahráefnum.</p> <p>Vörurnar mega innihalda sósu eða lög.</p> <p>Hundraðshlutinn og skilyrðin gilda fyrir þann hluta vörunnar sem er ætlaður til neyslu.</p> <p>Vörurnar geta verið brauðhúðaðar, en tilreiðslan sem er gefin upp má ekki bæta fitu við vöruna.</p>	<ul style="list-style-type: none">- fita hámark, 10 g/100 g- mettaðar fitusýrur hámark, 25% af fituinnihaldi- sykur hámark, 5 g/100 g- salt hámark, 1 g/100 g
---	--

Tilbúnir réttir, samlokur, súpur o.fl.

Lagt er til að hert sé á skilyrðum fyrir salti í öllum flokkum. Auk þess er í sumum flokkum lagt til að sett séu skilyrði fyrir salti í skammti. Eins og í fleiri flokkum er hér tekið tillit til heildarfitumagns ef feitur fiskur er notaður. Lagt er til að sett sé inn skilyrði um hlutfall mettaðra fitusýra. Einnig er gerð tillaga um að hert sé á skilyrðunum viðbættan sykur.

Lagt er til að aukið verði við hlutfall rótarávaxta, belgbauna og annars grænmetis og/eða ávaxta og berja í sumum flokkum. Þar sem kornvörur eru í vörunum er skilyrði um að hlutfall heilkorna verði aukið.



Tilbúnir réttir núna 14 - 17

- Verða flokkar 25 – 30
- **25 Tilbúnir réttir**, heil máltíð með próteinum, kolvetnum og grænmeti/ávöxtum/berjum, ekki undir 26, 27, 28, 29 eða 30
- **26 Bökur, pítsur og hálfmánar**
(ekki sem eftirrættir) að uppistöðu úr korni
- **27 Samlokur, smurt brauð, vefjur**
og svipaðar vörur, að uppistöðu úr korni
- **28 Súpur með fiski eða kjöti**
(tilbúnar vörur og vörur eftir tilreiðslu)
- **29 Grænmetissúpur án fisks eða kjöts**
- **30 Tilbúnir réttir sem ekki eru ætlaðir sem heil máltíð,**
og falla ekki undir flokka 26, 27, 28 eða 29.

25 – 30 TILBÚNIR RÉTTIR				hámark			
Matvælaflokkur	Kkal í skammti	Græ/áv/ber amk í 100 g	Heilkorn	Orka úr fitu	Mett.fs	Viðb. sykur	Salt
25 Tilbúnir réttir, heil máltíð með prót, kolv/grænmeti/ávöxtum/berjum, ekki í fl. 26-30.	400 – 750	28 g	sbr kornhluta	orka 33% orka 40%	33%	2	0,8 3 í sk
26 Bökur, pítsur og hálfmánar	amk 250	28 g	amk 30% í kornhluta	orka 33% (30%) orka 40%	33%	2(3)	1(0,5Na) 3 í sk
27 Samlokur, smurt brauð, vefjur og svipaðar vörur	amk 150	28 g	amk 30% í kornhluta	orka 33% (30) orka 40%	33%	2(3)	0,8(0,4Na) 3 í sk
28 Súpur með fiski eða kjöti -tilbúnar	amk 100	28 g	sbr kornhluta	orka 33% (30) orka 40%	33%	2(3)	0,8 (0,4Na) 2 í sk
29 Grænmetissúpur án fisks eða kjöts –tilbúnar	amk 100	50 g	sbr kornhluta	orka 33%	33%	2	0,8 2 í sk
30 Tilbúnir réttir, ekki heil máltíð, og ekki í flokkum 26-29.	amk 150	50 g	sbr kornhluta	orka 33% (30%) orka 40%	33%	2(3)	0,8 (0,4 Na) 2 í sk

Salatsósur og sósur:

Hér er sett fram tillaga um nýja flokka. Lagt er til að skilyrði séu um hámarksmagn fitu, mettaðra fitusýra, sykurs og salts. Í sósnum er einnig lagt til að skilyrði sé um hámarksmagn fitu.



- Nýir flokkar 31 – 32:

Salatsósur og sósur	
<p>31 Salatsósur úr olíu og ediki. Varan má vera með viðbættu bragði.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - mettaðar fitusýrur hámark, 20 % af fituinnihaldi - sykur hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 0,8 g/100 g
<p>32 Sósur Tilbúnar vörur og vörur eftir tilreiðslu í samræmi við leiðbeiningar framleiðanda.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - fita hámark, 5 g/100 g - mettaðar fitusýrur hámark, 33 % af fituinnihaldi - sykur hámark, 5 g/100 g - salt hámark, 0,8 g/100 g <p>Skilyrðin eiga við vöruna tilbúna til neyslu.</p>

Takk fyrir!

www.mast.is

Na	salt
0,1	0,25
0,2	0,50
0,3	0,75
0,4	1,00
0,5	1,25
0,6	1,50
0,7	1,75
0,8	2,00
0,9	2,25
1	2,50
1,1	2,75
1,2	3,00
1,3	3,25
1,4	3,50
1,5	3,75
1,6	4,00
1,7	4,25
1,8	4,50
1,9	4,75
2	5,00