



Leiðbeiningar

Ofnæmis- og óþolsvaldar í matvælum

- lögboðin upplýsingagjöf um matvæli -

Febrúar 2015



Efnisyfirlit

Inngangur	2
1. Ofnæmis – og ópolsvaldar í II. viðauka reglugerðar	3
1.1. Afurðir úr ofnæmis- og ópolsvöldum sem eru undanþegnar skyldumerkingu	3
2. Upplýsingagjöf vegna ofnæmis- og ópolsvalda	5
2.1. Að merkja á skýran hátt	5
2.2. Hver ber ábyrgð á réttum upplýsingum um matvæli?	5
2.3. Listi yfir innihaldsefni (innihaldslýsing)	5
2.4. Ef engin listi yfir innihaldsefni er til staðar	5
2.5. Ef innihaldsefni þarf ekki að vera í lista yfir innihaldsefni	5
2.6. Ofnæmisupplýsingar utan innihaldslýsingar eru ekki leyfilegar	6
2.7. Valkvæð merking „gæti innihaldið snefil af ...“	6
2.8. Ef ofnæmisvaldur kemur fram í heiti vöru	7
2.9. Flokksheiti innihaldsefnis í stað sérheitis	7
2.10. Þegar innihaldsefni er aukefni	7
2.11. Brennisteinsdíoxíð og súlfít	7
2.12. Glysheiti eða tegundarheiti (Brand name) innihaldsefnis	8
2.13. Samsett innihaldsefni	8
2.14. Sami ofnæmisvaldur kemur oft í lista innihaldsefna	10
2.15. Fiskur eða þorskur, krabbadýr eða rækja osfrv	10
3. Óþökkuð matvæli og önnur óforþökkuð matvæli	11
4. Dæmi um merkingar ofnæmis- og ópolsvalda	12
5. Ofnæmis- og ópolsvaldar á ýmsum tungumálum	14

Inngangur

Hefðbundin ráð við fæðuofnæmi ganga út á að forðast ofnæmisvakann, þ.e.a.s. þau matvæli sem innihalda hann og hindra þannig ofnæmisviðbrögð eða jafnvel ofnæmislost.

Merkingar og önnur upplýsingagjöf um ofnæmisvalda í matvælum eru oftast einu upplýsingarnar sem einstaklingar með ofnæmi eða óþol hafa til þess að átta sig á hvaða matvæli eru örugg fyrir þá, og þá hvað þeir eiga að velja eða forðast.

Það er því lykilatriði að tryggja að þeir fái ítarlegar upplýsingar um samsetningu matvæla. Eingöngu þannig geta neytendur tekið upplýstar ákvarðanir um val á matvælum sem eru örugg fyrir þá.

Í reglugerð Evrópusambandsins (ESB) nr. 1169/2011 *um miðlun upplýsinga um matvæli til neytenda, sem innleidd hefur verið með reglugerð nr. 1294/2014* eru gerðar enn meiri kröfur en áður um aðgengi að þessum upplýsingum og skýrleika á framsetningu þeirra.

Í II. viðauka við reglugerðina er listi yfir 14 algengustu fæðuofnæmis- og fæðuóþolsvalda sem hafa verið skilgreindir. Ofnæmisvakarnir sem í þeim eru finnast jafnframt í margvíslegum unnum matvælum sem innihalda þessi matvæli sem hráefni.

Öll atriði sem eru á þessum lista þurfa að vera merkt með skýrum hætti með því heiti sem fram kemur í viðauka II, t.d. með feitletruðum texta eða með því að aðgreina texta með mismunandi bakgrunnslit.

Fyrir óforpökkuð matvæli (t.d. mat á veitingastöðum, sælgæti í lausasölu eða bakarísvörum) er miðlun upplýsinganna vegna ofnæmis og óþols einnig lögboðin..

Upplýsingar um ofnæmis- og óþolsvalda verða að berast með matvælum milli matvælafyrirtækja svo hægt sé að tryggja að réttar og skýrar upplýsingar berist til neytenda.

**Samkvæmt 9. og 21. gr. reglugerðar ESB nr. 1169/2011
um miðlun upplýsinga um matvæli til neytenda**

**skulu öll atriði sem tilgreind eru í II. viðauka,
koma skýrt fram á lista yfir innihaldsefni.**

**Ef um óforpökkuð matvæli er að ræða
eiga upplýsingarnar að vera aðgengilegar og skýrar.**

Gerum rétt!

1. Ofnæmis – og ópolsvaldar í II. viðauka reglugerðar

Listinn hér á eftir sýnir algengustu fæðuofnæmis- og ópolsvaldana sem eiga ávallt að vera merktir á skýran hátt og eða upplýst um þá, jafnvel þó að þeir eða afurðir úr þeim séu í mjög litlu magni í matvælunum. Skytt er að upplýsa um þá bæði í pökkuðum og ópökkuðum matvælum. Sjá c-lið 1. mgr. 9. greinar, 21. grein og II. viðauka í reglugerð ESB nr. 1169/2011 (ísl. reglugerð nr. 1294/2014).

Úr 9. grein reglugerðar ESB nr. 1169/2011:

1. Í samræmi við 10. til 35. gr. og með fyrirvara um undantekningarnar í þessum kafla skal tilgreining eftirfarandi upplýsinga vera lögboðin:

c) Öll innihaldsefni eða hjálparefni við vinnslu sem skráð eru í II. viðauka eða afleidd af efni eða vöru sem skráð er í II. viðauka sem valda ofnæmi eða ópoli og eru notuð í framleiðslu eða tilreiðslu á tilteknum matvælum og eru enn til staðar í fullunnu afurðinni, þó að í breyttu formi sé,

Listi í II. viðauka:

1. Kornvörur sem innihalda glúten: **Hveiti, rúgur, bygg, hafrar, spelt, taumhveiti (kamut)** eða blendingar þeirra og afurðir úr þeim.
2. **Krabbadýr og afurðir úr þeim.**
3. **Egg** og afurðir úr þeim.
4. **Fiskur** og fiskafurðir.
5. **Jarðhnetur** og afurðir úr þeim.
6. **Sojabaunir** og afurðir úr þeim.
7. **Mjólk** og mjólkurafurðir (þ.m.t. **laktósi**).
8. Hnetur: **Möndlur, heslihnetur, valhnetur, kasjúhnetur, pekanhnetur, parahnetur, pistasíuhnetur, goðahnetur eða queensland hnetur (Macadamia hnetur)** og afurðir úr þeim.
9. **Sellerí** og afurðir úr því.
10. **Sinnep** og afurðir úr því.
11. **Sesamfræ** og afurðir úr þeim.
12. **Brennisteinsdíoxíð** og **súlfít**: í styrk yfir 10 mg/kg eða 10 ml/lítra og gefið upp sem heildarstyrkur SO₂.
13. **Lúpína** og afurðir úr henni.
14. **Lindýr** og afurðir úr þeim.

Þessi listi sýnir algengustu ofnæmis- og ópolsvalda sem skilgreindir hafa verið og skytt er að upplýsa um á skýran hátt. Mörg önnur matvæli geta valdið ofnæmi eða ópoli, en ekki er þó skytt að upplýsa um þau á sama hátt.

1.1. Afurðir úr ofnæmis- og ópolsvöldum sem eru undanþegnar skyldumerkingu

Í II. viðauka reglugerðarinnar kemur fram að nokkrar afurðir eins og glúkósasíróp (úr hveiti eða byggi) eða fiskgelatín, notað sem burðarefni fyrir vítamín eru undanþegnar skyldumerkingu ofnæmis- og ópolsvalda. Þetta er vegna þess að ofnæmisvaldarnir hafa verið hreinsaðir og unnir í svo miklum mæli að afar ólíklegt þykir að þeir valdi ofnæmi eða ópoli. Þessar afurðir eiga samt að koma fram á lista yfir innihaldsefni en nóg er að merkja t.d. glúkósasíróp og ekki þarf að taka sérstaklega fram á skýran hátt að glúkósasíróp sé unnið úr hveiti eða byggi.

Rétt merking: Glúkósasíróp, maltódestrín...

Þessi listi sýnir afurðir sem eru undanþegnar ákvæðum um skyldumerkingar ofnæmis- og ópolsvalda.

- Glúkósasíróp unnið úr hveiti (þ.m.t. þrúgusykur)¹
- Maltódestrín (unnið úr hveiti)¹
- Glúkósasíróp (unnið úr byggi)
- Kornvörur sem notaðar eru til að búa til áfengt eimi, þ.m.t. etanól úr landbúnaði
- Fiskgelatín, notað sem burðarefni fyrir vítamín eða karótenóíðblöndur
- Fiskgelatín eða fiskilím, notað sem felliefni í bjór og léttvíni
- Fullhreinsuð sojaolía og -fita¹
- Náttúruleg blönduð tókóferól (E 306), D-alfatókóferól, D-alfatókóferólasetat og D-alfatókóferólsúksínat úr sojabaunum
- Plöntusteról og plöntusterólesterar, unnið úr jurtaolíum sem upprunnar eru úr sojabaunum
- Plöntustanólester, framleiddur úr jurtaolíusterólum úr sojabaunum
- Mýsa sem notuð er til að búa til áfengt eimi, þ.m.t. etanól úr landbúnaði
- Laktítól
- Hnetur sem notaðar eru til að búa til áfengt eimi, þ.m.t. etanól úr landbúnaði

¹ Ásamt afurðum úr því, að því tilskildu að vinnsluferlið sé ekki líklegt til að auka ofnæmisvirkni eins og EFSA (Matvælaöryggisstofnun Evrópu) hefur metið hana í upprunavöru þeirra.

2. Upplýsingagjöf vegna ofnæmis- og ópolsvalda

2.1. Að merkja á skýran hátt

Ofnæmis- og ópolsvaldar þurfa að koma þar fram á skýran hátt í samræmi við 21. gr. reglugerðarinnar. Þannig þarf að

- hafa skýra tilvísun í heiti efnisins eða afurðir þess eins og tilgreint er í II. viðauka.
- greina á milli ofnæmis- og ópolsvalda og annarra innihaldsefna í listanum yfir innihaldsefni með mismunandi leturgerð, stíl eða bakgrunnslit.

Sjá dæmi í 4. kafla.

2.2. Hver ber ábyrgð á réttum upplýsingum um matvæli?

Matvælafyrirtæki, þ.e. framleiðendur, verslanir og veitingastaðir, sem framleiða, selja og bera fram matvæli, bera sjálfir ábyrgð á því að fylgja reglum við merkingar og aðra upplýsingagjöf um matvæli sem þau framleiða eða selja.

Ef vanmerktar matvörur, sem gætu varðað öryggi neytenda eru í dreifingu, er ábyrgðaraðila þeirra skylt að taka þau af markaði og upplýsa bæði eftirlitsaðila og neytendur.

Forpakkaðar matvörur skulu vera merktar með heiti og heimilisfangi ábyrgðaraðila.

Þegar matvælum er dreift án umbúða, svo sem í mötuneytum eða bakaríum, þarf sá sem selur vöruna eða afhendir hana til neytenda að veita upplýsingar um hvaða ofnæmis- eða ópolsvaldandi efni eru í vörunni eða a.m.k. gefa á til kynna að neytandinn geti fengið þær upplýsingar. Það er afar mikilvægt að neytendur viti að þeir hafi þennan rétt á upplýsingum.

Neytendur með ofnæmi eða óþol eru hvattir til að lesa ávallt merkingar á umbúðum, þar sem uppskriftir matvæla geta breyst og merkingar þeirra einnig.

2.3. Listi yfir innihaldsefni (innihaldslýsing)

Listi yfir innihaldsefni skal vera á forpökkuðum matvælum (9. gr.) og skal orðið „**Innihaldsefni**“ koma fram á undan listanum (18. gr.). Á listanum yfir innihaldsefni eiga öll innihaldsefni matvæla (hráefni, aukefni og önnur efni) að koma fram í röð eftir magni (18. gr.).

2.4. Ef engin listi yfir innihaldsefni er til staðar

Ákveðnar matvörur þurfa ekki að hafa lista yfir innihaldsefni (19. gr.) EN upplýsingagjöf um ofnæmis- og ópolsvalda í II. viðauka er **samt** lögboðin hvort sem matvara ber lista yfir innihaldsefni eða ekki.

Hvernig á þá að merkja?

Þegar engin krafa er gerð um að matvæli beri lista yfir innihaldsefni skal tilgreina ofnæmis- og ópolsvalda sem eru skrá í II. viðauka á eftir orðinu „**Inniheldur: ...**“. Þessu má sleppa ef heiti matvæla vísar skýrt í viðkomandi ofnæmis- eða ópolsvalda.

2.5. Ef innihaldsefni þarf ekki að vera í lista yfir innihaldsefni

Í ákveðnum tilvikum þurfa viss innihaldsefni ekki að vera í lista yfir innihaldsefni (20. gr.)

EN ef þau koma fram í II. Viðauka, eða eru unnin úr matvælum sem þar koma fram, verða þau að koma fram á skýran hátt í listanum yfir innihaldsefni.

Öll innihaldsefni matvæla eiga að koma fram í listanum yfir innihaldsefni matvæla. Engar undantekningar gilda fyrir ofnæmis- og ópolsvalda eða afurðir úr þeim.

2.6. Ofnæmisupplýsingar utan innihaldslýsingar eru ekki leyfilegar

Samkvæmt reglugerðinni er ekki leyfilegt að tilgreina ofnæmis- og ópolsvalda á annan hátt en lýst er hér að ofan. Þannig eru varúðamerkingar eða annars konar upplýsingar utan listans yfir innihaldsefni ekki leyfilegar.

Tilgangurinn með þessari samræmingu er að koma í veg fyrir rugling meðal neytenda með mismunandi merkingar ofnæmis- og ópolsvalda í matvælum. Í þessu sambandi er rétt að geta þess að efni skráð í II. viðauka eru meðal algengustu ofnæmis- og ópolsvalda í Evrópu. Engu að síður, geta mörg önnur matvæli kallað fram ofnæmisviðbrögð hjá tilteknum hópum neytenda og því er mikilvægt að slíkir neytendur skoði alltaf listann yfir innihaldsefni.

2.7. Valkvæð merking „gæti innihaldið snefil af ...“

Þegar mismunandi matvæli eru flutt, framleidd eða pakkað í sama rými eða í sömu tækjum matvælafyrirtækis getur verið hætt á að hráefni berist milli vöruhegunda með áhöldum, ílátum eða öðrum hætti. Í þessum tilvikum er ekki um að ræða eiginleg innihaldsefni matvæla heldur óviljandi mengun. Skyldumerking samkvæmt reglugerð gildir ekki í þessum tilvikum.

Margir framleiðendur kjósa samt að merkja vörur sínar þar sem hætt á krosssmi (cross-contamination) ofnæmisvalda, eins og t.d. hnetu með „**gæti innihaldið snefil af hnetu**“. Þetta er þó ekki skyldumerking heldur valkvæð merking, sem þýðir að sum fyrirtæki nota hana en önnur ekki.

Merking: „Gæti innihaldið snefil af ...“.

Hætt á krosssmi getur eftir sem áður verið til staðar þó að engin merking sé á vörunni. Þess vegna er mikilvægt að matvælaframleiðendur séu meðvitaðir um notkun þessarar viðbótarmerkingar. Hér er vísað til góðra framleiðsluhátta matvælafyrirtækja.

Kjósi fyrirtæki að veita þess konar viðbótarupplýsingar skulu þær ekki að koma fram á lista yfir innihaldsefni, heldur verða þær að vera fyrir utan og vel aðskildar frá skylduupplýsingum.

Hversu mikið magn ofnæmis- eða ópolsvalda þarf til að orsaka ofnæmiviðbrögð hjá einstaklingum með fæðuofnæmi eða –óþol er afar mismunandi en ljóst er að sumir eru afar viðkvæmir og bregðast við minnsta magni.

2.8. Ef ofnæmisvaldur kemur fram í heiti vöru

Ef heiti matvæla er með skýra tilvísun í atriðin í II. viðauka er ekki krafa um að þau komi fram í lista yfir innihaldsefni (21.gr.).

2.9. Flokksheiti innihaldsefnis í stað sérheitis

Almennt gildir að innihaldsefni skulu tilgreind með sérheiti sínu í samræmi við 17. gr. og VI. viðauka. Þó má tilgreina sum innihaldsefni með flokksheiti í stað sérheitis. Þau innihaldsefni koma fram í VII. viðauka (B-hluta). Þetta á þó ekki við þegar um ofnæmis- og ópólsvalda er að ræða.

Sterkja

Samkvæmt VII. viðauka má nota flokksheitið sterkja. Ef sterkja er gerð úr korni sem inniheldur glúten þá þarf að merkja á skýran hátt hvaðan sterkjan kemur. Sé hún t.d. unnin úr hveiti, þá þarf það (hveiti) að koma fram á skýran hátt í lista yfir innihaldsefni, t.d. með annarri leturgerð.

Rétt merking: Hveitisterkja eða sterkja (úr hveiti)

Krydd

Öll krydd, sem vega minna en 2% af þyngd matvælananna, má merkja á lista yfir innihaldsefni með flokksheitinu „krydd“ eða „kryddblanda“ án þess að fram komi hvaða krydd er notað.

Þetta gildir hins vegar ekki ef innihaldsefni í kryddinu er á lista yfir ofnæmis- og ópólsvalda. Þá þarf að merkja innihaldsefnið á skýran hátt.

Dæmi:

Ef sellerí er innihaldsefni í kryddi eða kryddböndu í matvöru, þarf að koma fram að sellerí sé í vörunni þrátt fyrir að kryddið eða kryddblandan sé undir 2% af þyngd matvörunnar. Tilvísun til sellerís þarf að vera skýr og aðgreind frá öðrum innihaldsefnum, t.d. með annarri leturgerð.

Rétt merking: Krydd (sellerí) eða kryddblanda (inniheldur sellerí)

2.10. Þegar innihaldsefni er aukefni

Aukefni á að merkja með flokksheiti og sérheiti eða flokksheiti og E-númeri skv. VII. viðauka (C-hluti). Ef aukefnið er unnið úr efni sem er á lista yfir ofnæmis- og ópólsvalda í II. viðauka þarf einnig að merkja uppruna efnisins með skýrum hætti.

Dæmi:

Bindiefnið lesitín þarf að merkja með skýrri tilvísun í heiti efnisins eða afurðarinnar í II. viðauka, ef það er unnið úr soja eða eggjum.

EKKI dugar þá að merkja: bindiefni (E 322) eða bindiefni (lesitín).

Rétt merking: Bindiefni (sojalesitín) eða bindiefni (eggjalesitín) eða bindiefni (E 322 úr eggjum)

2.11. Brennisteinsdíoxíð og súlfít

Brennisteinsdíoxíð, súlfít og sölt þess eru oft notuð sem rotvarnarefni eða fráavarnarefni í matvælum eins og þurrkuðum ávöxtum, grænmeti, bragðbættum drykkjum, áfengum drykkjum eða sósum.

Ef brennisteinsdíoxíð (E 220) eða súlfít og sölt þess (E 221 - 228) fer yfir 10 mg/kg eða 10 mg/l (reiknað sem SO₂), þá þarf að koma fram flokksheiti (s.s. rotvarnarefni) og sérheiti (brennisteinsdíoxíð, natríumsúlfít eða kalsíumsúlfít o.s.frv.).

Þá er ekki nóg að merkja aukefni eingöngu með flokksheiti og E-númeri, t.d. rotvarnarefni (E 220) eða rotvarnarefni (E 226).

Rétt merking: Rotvarnarefni (**Brennisteinsdíoxíð**) eða rotvarnarefni (natríumsúlfít)

Ef vara (t.d. rauðvín) inniheldur ofnæmis- eða ópolsvalda eins og súlfít og lista yfir innihaldsefni er sleppt, (sbr. 16. gr. eða 19. gr.), þarf súlfít að vera skýrt merkt á eftir orðinu „Inniheldur“ skv. 21. gr.

Rétt merking: „Inniheldur: **brennisteinsdíoxíð**“ eða „Inniheldur **súlfít**“.

2.12. Glysheiti eða tegundarheiti (Brand name) innihaldsefnis

Sum tegundarheiti eða glysheiti (úr einu hráefni) hafa í daglegum samskiptum öðlast stöðu innihaldsefna.

„Tahini“ er mauk eða kæfa úr einu hráefni, þ.e. sesamfræjum og er þekkt alþjóðlega sem eitt af aðalhráefnunum í Hummus og öðrum skyldum réttum og matvælum. Heitið „Tahini“ má ekki koma fram eitt og sér á lista yfir innihaldsefni, heldur á að koma skýrt fram að varan er gerð úr sesamfræjum, sem eru á lista í II. viðauka. Það sama gildir fyrir vörur sem innihalda t.d. „Couscous (kúskús)“ o.s.frv.

Rétt merking:
Tahini (úr **sesam**), Couscous (úr **hveiti**), o.s.frv.

2.13. Samsett innihaldsefni

Ef samsett innihaldsefni er notað í matvæli, þarf að tilgreina innihaldsefni samsetta innihaldsefnisins í listanum yfir innihaldsefni. En það má tilgreina það skv. E-hluta VII. viðauka, þ.e. merkja það undir eigin heiti (t.d. majónes, marsípan o.s.frv.) svo fremi að mælt sé um það í lögum eða ef hefð er fyrir því og hafa síðan lista yfir innihaldsefni þess þar á eftir.

Dæmi:

Þegar marsípan, sem er samsett úr fleiri en einu hráefni (t.d. úr möndlum, sykri og öðrum efnum), er notað sem hráefni, t.d. í súkkulaði, þá þurfa innihaldsefni marsípans að koma skýrt fram í listanum yfir innihaldsefni súkkulaðisins. Tilvísun til ofnæmis- eða ópolsvalda í marsípani þarf að koma á skýran hátt, t.d. með breyttri leturgerð.

Ef varan er samsett:
Marsípan (**möndlur**, sykur ...), Satay sauce (**jarðhnetur**, kókosmjólk, sykur ...) o.s.frv.

Dæmi: Samloka með rækjusalati

Ef majónes er í rækjusalati, þá verður að merkja innihaldsefnin í majónesinu. Á listanum yfir innihaldsefni samlokunnar má koma fram rækjusalat sem heiti, en strax þar á eftir og innan sviga þarf að koma fram samsetning rækjusalatsins, þ.m.t. samsetning majónesins.

Samloka með rækjusalati

Innihaldsefni:

Brauð [**hveiti**, **hveitiklið**, vatn, **sesamfræ**, **mjólkurduft**, sykur, ger, maltmjöl (úr **bygg**), bindiefni (E 472)], rækjusalat X% [majónes (sólblómaolía, **egg**, sykur, salt, krydd, sýra (E 260), rotvarnarefni (E 211)), **rækjur** X%, sólblómaolía, **egg**].

Dæmi: Kex með núgatfyllingu

Kex með núgatfyllingu

Innihaldsefni:

Hveiti, núgatfylling 30% (sykur, sólblómaolía, **undanrennuft**, **heslihnetur** 10%, kakóduft, ýruefni (**sojalesitín**), bragðefni), sykur, sólblómaolía, kakóduft, lyftiefni (E 503), invert sykur, salt, ýruefni (**sojalesitín**), bragðefni (m.a. vanilla).

Ef samsetning samsetts innihaldsefnis er ekki til staðar

Nokkrar undantekningar frá þeirri skyldu að tilgreina innihaldsefni samsetts innihaldsefnis, koma fram í E-hluta VII. viðauka. En á listanum yfir innihaldsefni þurfa samt sem áður öll innihaldsefni, sem eru á lista yfir ofnæmis- og ópolvalda, að koma fram á skýran hátt.

2.14. Sami ofnæmisvaldur kemur oft í lista innihaldsefna

Ef fleiri en eitt innihaldsefni matvæla eru úr sama efni eða afurð sem er á skrá í II. viðauka skal það koma skýrt fram fyrir hvert viðkomandi innihaldsefni eða hjálparefni.

Þetta þýðir þó ekki að tilvísun þessara efna þurfi að endurtaka eins oft og innihaldsefni eða hjálparefni er notað í vinnslunni. Mikilvægt er að merkingin sé skýr.

Í lista innihaldsefna er hægt að merkja:

- “ ...
 - Aukefni (1)
 - Aukefni (1)
 - Burðarefni (1)
 - Hjálparefni (1)
 - ...”

(1) úr hveiti”.

2.15. Fiskur eða þorskur, krabbadýr eða rækja osfrv.

Samkvæmt reglugerðinni (21. gr.) skal merkja tilvísun í heiti efnisins eða afurðarinnar eins og það er skráð í II. viðauka. Þetta þýðir að heitin krabbadýr, lindýr, fiskur og mjólk eiga að koma fram í lista yfir innihaldsefni. Tilgangurinn er að upplýsa neytendur á skýran hátt um ofnæmis- og óþólsvalda.

Þrátt fyrir þetta getur verið jafn skiljanlegt fyrir neytendur á Íslandi að merkja frekar með sérheitinu og því telst það vera í samræmi við reglugerðina að merkja t.d. „Þorskur“ í staðinn fyrir fiskur; eða „rækjur“ í staðinn fyrir krabbadýr. Þetta verður að meta í hverju tilviki og það er misjafnt eftir löndum hvaða sérheiti eru þekkt. Aðalatriðið er að það sé skýrt og engin vafaatriði séu til staðar.

Hægt er að merkja:

Mjólk: Smjör, rjómi, ostur, jógúrt
 Fiskur: Lax, túnfiskur, þorskur
 Krabbadýr: Humar, rækjur, krabbar
 Lindýr: Ostrur, smokkfiskur, kræklingur, hörpudiskur

Sérheitið þarf þá að vera með leturbreytingu í lista innihaldsefna.

3. Ópökkuð matvæli og önnur óforpökkuð matvæli

Þegar matvæli eru seld án þess að vera forpökkuð, þarf seljandi að geta gefið kaupanda upplýsingar um öll atriði í 9. grein í ESB reglugerð nr. 1169/2011 (1294/2014) nema næringaryfirlýsingu og öll atriði 10. greinar.

En upplýsingar sem eru ofnæmis- og ópolsvalda í c-lið 1. tölulið 9. greinar er skylt að gefa. Heimilt er að gefa þær upp á hvaða hátt sem er þ.m.t. munnlega. Ef upplýsingarnar eru gefnar munnlega verður seljandi að gefa það til kynna á sýnilegan hátt að starfsfólk veiti nánari upplýsingar s.s. með merkimiða, á matseðli eða á skilti þar sem neytandi velur matvælin. Þetta kemur fram í 6. grein reglugerðar nr. 1294/2014 (innleiðingareglugerðarinnar).

Þetta þýðir að nákvæmar upplýsingar um ofnæmis- eða ópolsvalda þurfa að vera til staðar þar sem óforpökkuð matvæli eru seld eins og brauð eða sætabrauð í bakaríi, sælgæti eða salat úr sjálfsafgreiðslubar eða matur á veitingahúsum eða mötuneytum. Sama er að segja um heimsend matvæli og pantaðar pitsur sem sóttar eru á pitsastaðinn og önnur óforpökkuð matvæli sem seld eru í fjarsölu.

Upplýsingar um ofnæmis- og ópolsvalda má veita munnlega. Þá er mikilvægt að neytandinn átti sig á því að starfsfólk veitir þessar upplýsingar. Til þess getur seljandinn notað sýnilega merkimiða eða upplýsingaskilti. Á matseðli má benda á að rétturinn innihaldi ofnæmis- og ópolsvalda og að starfsfólk veiti nánari upplýsingar. Leyfilegt er að nota alls konar skilti þar sem neytandi velur matvælin til að vekja athygli á því að starfsfólk veitir upplýsingar um ofnæmis- og ópolsvalda.

T.d. með sýnilegu skilti á sjálfsafgreiðslubar:

.... „Ertu með ofnæmi og óþol? Spurðu okkur. Við hjálpum þér!

Mikilvægt er að starfsfólk sé nægilega þjálfað til þess að seljandinn veiti réttar upplýsingar. Tilvísun til ofnæmis- og ópolsvalda eins og er skrá í II. viðauka verður að vera aðgengileg.

Sjá dæmi: Samloka með rækjusalat í bakaríi eða á veitingastað:

Starfsfólk á að veita upplýsingar um ofnæmis- og ópolsvalda fyrir:

Brauð: Hveiti, hveitiklív, sesamfræ, mjólkurduft og afurð úr bygg.

Rækjusalat, þ.m.t. majónes: Egg og rækjur.

Mikilvægt er að neytendur viti um rétt sinn á upplýsingum um ofnæmis- og ópolsvalda.

Fyrirtæki sem selur óinnpakkðan mat verður að veita upplýsingar um ofnæmis- eða ópolsvalda.

Ef upplýsingarnar eru gefnar munnlega verður seljandi að gefa það til kynna á sýnilegan hátt að starfsfólk veiti nánari upplýsingar um þær.

4. Dæmi um merkingar ofnæmis- og ópólsvalda

Eftirfarandi eru dæmi um hvernig ber að merkja ofnæmis- og ópólsvalda samkvæmt 21. gr.) Athuga þarf að bent er einnig á það sem er ábótavant. Dæmi sem hér fylgja fjalla eingöngu um ofnæmis- og ópólsvalda en ekki aðrar merkingar skv. reglugerð.

Dæmi 1: Mjólkursúkkulaði

Í heiti:
**Mjólkursúkkulaði,
möndlur**

Á lista yfir innihaldsefni:
**Bygg, mjólk og
mjólkurafurðir,
möndlur og soja.**

Mjólkursúkkulaði (75,9%) með
kornflexi (19%) og möndlum (5,1 %)

Innihaldsefni:
Sykur, kornflex (maís, sykur, salt, **bygg**malt), kakósmjör, kakómassi, undanrennuduft (úr **mjólk**), **möndlur**, mysuduft (úr **mjólk**), **mjólkursykur**, **smjör**, ýruefni (**sojalesítín**), bragðefni.

Gæti innihaldið: Jarðhnetur, egg og hveiti.

Gæti innihaldið (may contain) merking er ekki skyldumerking heldur valkvæð merking.

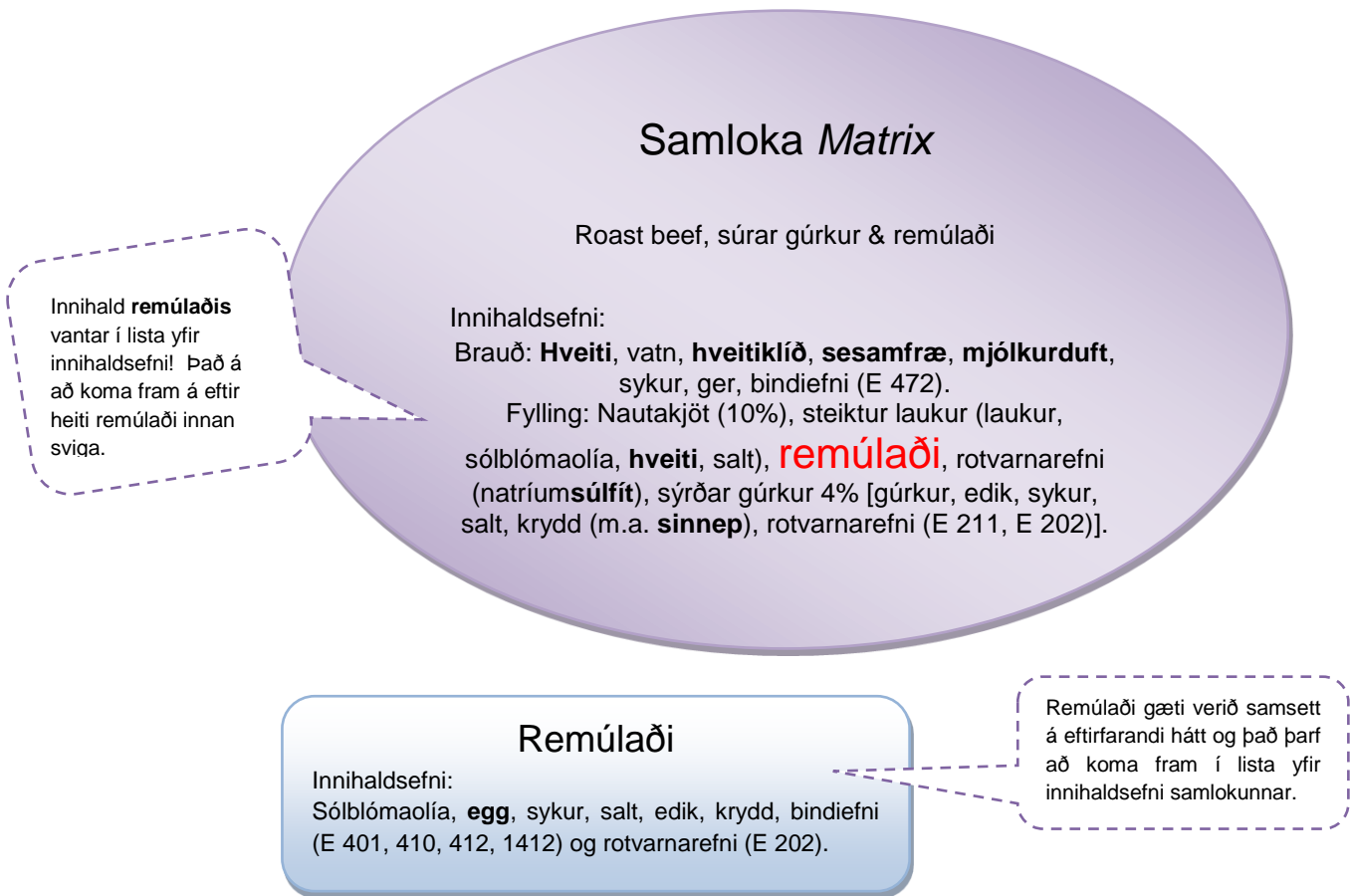
Dæmi 2: Rækjusalat

Rækjusalat

Innihaldsefni:
Majónes (sólblómaolía, **egg**, sykur, salt, krydd, sýra (E 260), rotvarnarefni (E 202)), **rækjur** X%, **egg**, krydd.

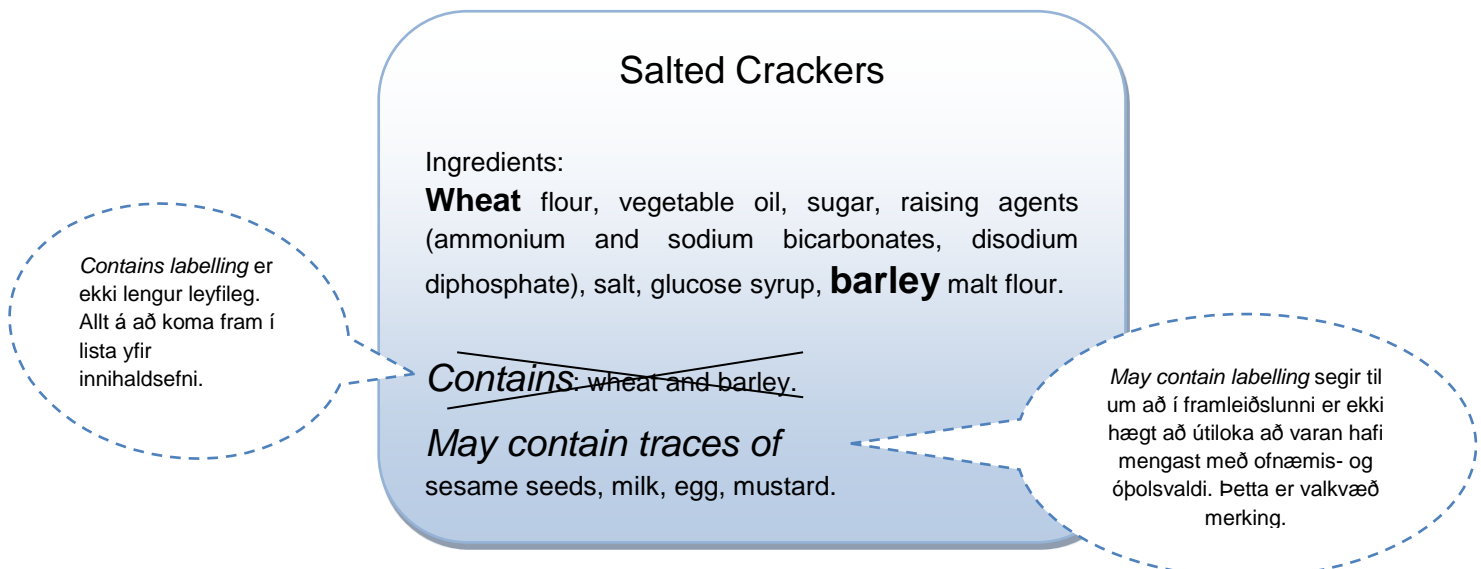
Dæmi 3: Samloka Matrix með roast beef

Samlokann inniheldur m.a. kjöt og remúlaði sósu en samsetningu á remúlaði vantar í lista yfir innihaldsefni samlokunnar.



Dæmi 4: Kex – Salted Crackers

Hérna eru sýndar mismunandi leiðir til að benda á ofnæmis- og ópolsvalda. Nú eru þessar leiðir (Contains:) ekki lengur leyfilegar. Ofnæmis- og ópolsvaldur þarf alltaf að koma fram í lista yfir innihaldsefni og ekki utan hennar.



5. Ofnæmis- og ópolsvaldar á ýmsum tungumálum

Listi sýnir ofnæmis- og ópolvalda samkvæmt II. Viðauka í ESB reglugerð nr. 1169/2011 um miðlun upplýsinga um matvæli til neytenda (isl. reglugerð nr. 1294/2014) á ýmsum tungumálum sem leyfilegt er að nota við merkingu matvæla hérlendis.

Íslenska	Enska	Sænska	Danska	Norska
Korn sem inniheldur glúten:	Cereals containing gluten:	Spannmál, som innehåller gluten:	Glutenholdige kornprodukter:	Glutenholdig korn
<ul style="list-style-type: none"> • hveiti • rúgur • bygg • hafrar • spelt • taumhveiti (kamut) 	<ul style="list-style-type: none"> • wheat • rye • barley • oats • spelt • kamut 	<ul style="list-style-type: none"> • vete • råg • korn • havre • spelt • kamut 	<ul style="list-style-type: none"> • Hvede • rug • byg • havre • spelt • kamut 	<ul style="list-style-type: none"> • hveite • rug • bygg • havre • spelt • kamut (egyptisk hveite)
Krabbadýr	Crustaceans	Kräftdjur	Krebsdyr	Skaldyr
Egg	Eggs	Ägg	Æg	Egg
Fiskur	Fish	Fisk	Fisk	Fisk
Jarðhnetur	Peanuts	Jordnötter	Jordnødder	Peanøtter
Sojabaunir	Soybeans	Sojabönon	Soja	Soya
Mjólk (þ.m.t. laktósi).	Milk (including lactose)	Mjólk, laktos	Mælk (herunder laktose)	Melk (herunder laktose)
Hnetur:	Nuts:	Nötter:	Nødder:	Nøtter:
Möndlur	almonds	mandel	mandel	mandel
heslíhnetur	hazelnuts	hasselnöt	hasselnød	hasselnøtt
valhnetur	walnuts	valnöt	valnød	valnøtt
kasjúhnetur	cashews	cashewnöt	cashewnød (akajonnød)	cashewnøtt
pekanhnetur	pecan nuts	pekannöt	pekannød	pekannøtt
parahnetur	Brazil nuts	paranöt	paranød	paranøtt
pistasíuhnetur	pistachio nuts	pistaschmandel	pistacienød	pistasienøtt
goðahnetur eða queensland hnetur (Macadamia hnetur)	macadamia nuts or Queensland nuts	makadamianöt / queenslandnöt	queenslandnød	macadamianøtt (australianøtt)
Sellerí	Celery	Selleri	Selleri	Selleri
Sinnep	Mustard	Senap	Sennep	Sennep
Sesamfræ	Sesame seeds	Sesamfrön	Sesamfrø	Sesamfrø
Brennisteinsdíoxíð og súlfít	Sulphur dioxide and sulphites	Svaveldioxid och sulfít	Svovldioxid og sulfitter	Svoveldioksid og sulfitt
Lúpína	Lupin	Lupin	Lupin	Lupin
Lindýr	Molluscs	Blötdjur	Bløddyr	Bløddyr