

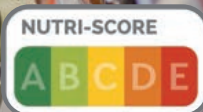


Nestlé. Jó étellel teljes az élet



Nutri-Score

Tudatos ételválasztás
gyorsan, egyszerűen





A Nestlénél célunk, hogy segítsük a fogyasztóinkat a tudatos döntéseikben, és eligazítsuk őket abban, hogy a különböző élelmiszerek hogyan illeszthetők a kiegyensúlyozott étrendbe. Ezért köteleződtünk el a Nutri-Score tápértékjelölés mellett, mely már számos termékünk csomagolásán megtalálható.

Mi az a Nutri-Score tápértékjelölés?

A Nutri-Score az élelmiszer-csomagolások elején elhelyezett **tápértékjelölő címke**, amely az élelmiszereket és italokat **tápértékprofiljuk** szerint osztályozza. Általánosságban tehát az adott élelmiszer tápanyagtartalmának általános összegzését jelenti.

Az **ötszintű, színes, A-tól E-ig terjedő betűskála** segítségével a fogyasztók gyorsan és egyszerűen megismerhetik az adott élelmiszer tápérték-besorolását, ami által a Nutri-Score hatékonyan hozzájárulhat a tudatos élelmiszer-választáshoz.

A rendszer célja, hogy segítse a fogyasztókat a tudatos döntéseikben, és eligazítsa őket abban, hogy a különböző élelmiszerek hogyan illeszthetők a kiegyensúlyozott étrendbe.

Hogyan működik a Nutri-Score?

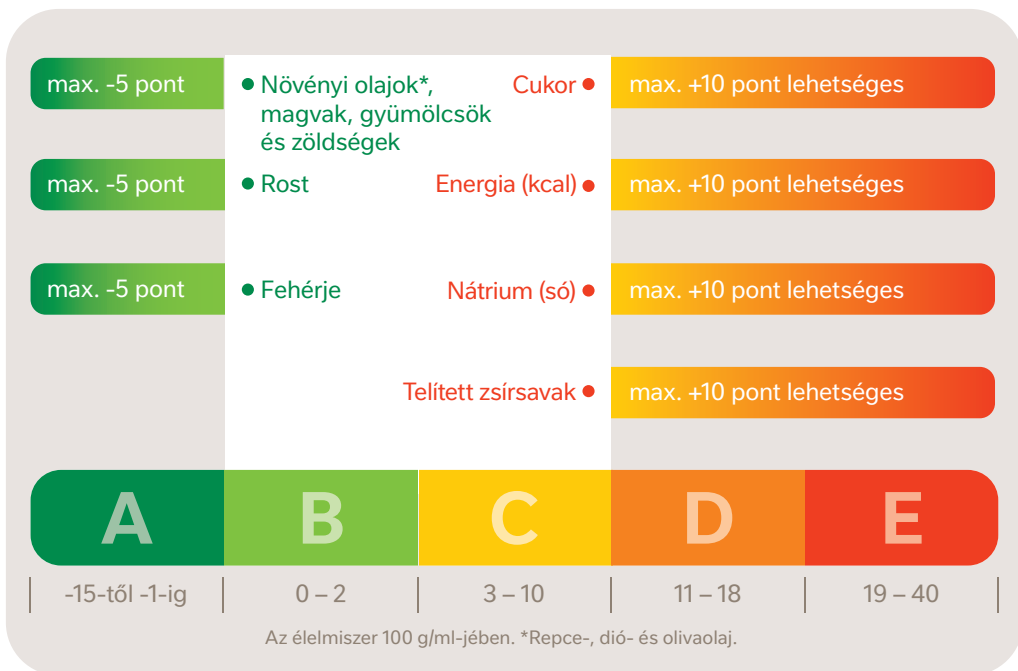
A Nutri-Score számítása a kötelező tápérték-megjelölés alapján 100 g vagy 100 ml mennyiségre vetítve történik.

A besorolás eredményét pozitívan befolyásolja a termék rost- és fehérjetartalma, míg csökkenti az eredményt az élelmiszer cukor-, nátrium- (só) és telített zsírsav tartalma. Emellett beleszámít a pontszámba a termékben található gyümölcs, zöldség és olajos magvak mennyisége is.

A magas tápértékű és az alacsonyabb tápértékű összetevők összehasonlítása után a termékek a skálán osztályozhatók.

Hogyan számítják ki a Nutri-Score-t?

A termék Nutri-Score besorolásának számításához először meghatározzák a különféle tápanyagok és összetevők mennyiségét 100 gramm vagy 100 milliliter élelmiszerben.



A további számítás ezután a következő lépésekben történik:

1. LÉPÉS

Azok a tápanyagok, amelyek „kevésbé pozitív” hatást gyakorolhatnak az egészségre, 0 – 10 pontot kapnak. A Nutri-Score esetében a telített zsírsavakat, a cukrot, a nátriumot (sót) és az energiatartalmat veszik figyelembe. Minél nagyobb mennyiséget tartalmaz a termék az adott tápanyagból, annál több pontot kap.

2. LÉPÉS

A „pozitív” tápanyagok és összetevők 0 – 5 pontot kapnak. Ebbe a kategóriába tartoznak a rostok, fehérjék, gyümölcsök, zöldségek, egyes olajok és diófélék.

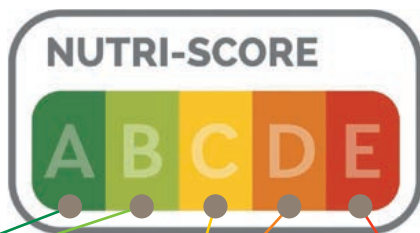
3. LÉPÉS

A teljes pontszám végleges kiszámításához az első lépésben kapott összpontszámból kivonják a második lépésben kapott pontszámokat. Minél alacsonyabb a Nutri-Score pontszáma, annál magasabb az élelmiszer tápértéke.

Mit jelentenek a betűk a gyakorlatban?

Sötétzöld, vagyis „A” besorolást a legmagasabb tápértékű termékek kapnak, míg a piros, „E” jelölésű termékek fogyasztása ritkábban és kisebb mértékben javasolt.

A szín és a betűskála kombinációjának köszönhetően egy pillanat alatt átlátható a termék helye a kiegyensúlyozott étrendben, ezáltal a besorolás segíthet a megfelelő élelmiszer-választásban.



A és B

Magas tápértékű termékek, melyek a kiegyensúlyozott étrend fontos részei. Érdemes fogyasztásukat előnyben részesíteni.

C és D

Mértékkel fogyasztható termékek.

E

Több olyan összetevőt tartalmazó termékek, amelyek fogyasztását célszerű korlátozni. Fogyasztásuk ritkábban vagy módjával javasolt.

Mely termékek esetében használható a Nutri-Score rendszer?

A Nutri-Score tápértékjelölés a csomagolt élelmiszereken jelenhet meg, amelyek csomagolásán táplálkozási információ található.

Nem tartalmaznak Nutri-Score tápértékjelölést a következők:

- **Nem feldolgozott termékek** (friss gyümölcsök és zöldségek, nyers húsok, méz stb.).
- **Fűszernövények, fűszerek, só, édesítőszer, tea, kávé, élesztő.**
- **Szeszes italok** (> 1,2% alkoholtartalommal).

A Nutri-Score jelölés nem alkalmazható a csecsemőtápszerek (0-3 évig) és gyógyászati célú tápszerek csomagolásán.



További információ a Nutri-Score tápértékjelölő rendszerről a www.nestle.hu/nutriscore oldalon található.