

Neue RDA-Werte für Vitamine und Mineralstoffe

Novelle zur Nährwertkennzeichnungsverordnung veröffentlicht

I. Änderung der Nährwertkennzeichnungsverordnung

Das österreichische Gesundheitsministerium hat im Juli d. J. eine Änderung der Nährwertkennzeichnungsverordnung veröffentlicht¹. Damit wurde die Richtlinie 2008/100/EG in österreichisches Recht umgesetzt. Sie ergänzt die bestehenden rechtlichen Anforderungen um „technische“ Inhalte: So wurde der Umrechnungsfaktor für den Brennwert um Kriterien für Ballaststoffe (1 g Ballaststoffe 2 kcal bzw. 8 kJ) und Erythritol (1 g Erythritol 0 kcal bzw. 0 kJ) ergänzt. Weiters wurden in den Text der Verordnung eine Definition für Ballaststoffe eingefügt und die Referenzwerte für die empfohlene Tagesdosis für Vitamine und Mineralstoffe (Recommended Daily Amounts – RDA-Werte) an neue wissenschaftliche Erkenntnisse angepasst.

II. Welche Auswirkungen haben die neuen Bestimmungen in der Praxis?

Die neuen Bestimmungen wirken sich primär auf die Berechnung des Brennwertes von Produkten aus: Bislang waren Ballaststoffe in die Kalkulation des Energiegehalts eines Produkts nicht einzuberechnen. Mit der Festlegung eines konkreten Umrechnungsfaktors für Ballaststoffe (1 g Ballaststoffe = 2 kcal) müssen sie künftig in die Bewertung des Kaloriengehalts einer Ware einfließen. Das trifft vor allem ballaststofffreie Produkte wie Cerealien oder Müslis. Brennwertangaben sind folglich an die neuen Anforderungen anzupassen.

Neben der Nährwertberechnung werden im Einzelfall auch nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben gem EG-ClaimsVO Nr. 1924/2006 neu auszurichten sein. Das verdeutlicht ein Beispiel: Gem. Anhang zur EG-ClaimsVO ist die Angabe „reich an Vitamin C“ bei Produkten unter der Voraussetzung zulässig, dass diese mindestens 30 % der empfohlenen Tagesdosis an Vitamin C enthalten. Die empfohlene Tagesdosis richtet sich nach den im Anhang zur Nährwertkennzeichnungsverordnung festgelegten RDA-Werten. Mit der Novelle zur Nährwertkennzeichnungsverordnung wurde die empfohlene Tagesdosis für Vitamin C von 60 auf 80 mg erhöht und somit die Referenzgröße geändert: War für die Angabe „reich an Vitamin C“ nach der bisherigen Regelung eine Menge von 18 mg

Vitamin C im verzehrfertigen Produkt ausreichend, müssen künftig mindestens 24 mg enthalten sein. Es ist daher anzuraten, bei Erzeugnissen mit nährwertbezogenen Angaben über Vitamin C zu überprüfen, ob diese ausreichende Mengen dieses Vitamins enthalten und damit den neuen Anforderungen genügen.

Mit der Novelle zur Nährwertkennzeichnungsverordnung wurden auch weitere RDA-Werte, etwa für Kalium oder Selen, eingefügt. Damit wird der Diskussion ein Ende gesetzt, ob – und wenn ja: nach welchen Maßstäben – nährwert- oder gesundheitsbezogene Angaben zu diesen Stoffen gemacht werden dürfen und ob die Mengenangabe in die Nährwerttabelle aufzunehmen ist.

Die RDA-Werte im Anhang zur Nährwertkennzeichnungsverordnung gelten auch für Nahrungsergänzungsmittel. Zwar sind Nahrungsergänzungsmittel vom Anwendungsbereich der Nährwertkennzeichnungsverordnung ausdrücklich ausgenommen, die RDA-Werte im Anhang zur Nährwertkennzeichnungsverordnung sind jedoch sowohl für die Nährwertkennzeichnung als auch für nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben bei Nahrungsergänzungsmitteln als Referenzgröße heranzuziehen (vgl. § 5 Abs 3 Nahrungsergänzungsmittelverordnung, BGBl Nr. II 2004/88 idGF).

III. Übergangsbestimmung bis 2012

Die neuen Bestimmungen sind mit 27. Juli d. J. in Kraft getreten. Produkte, die diesen nicht entsprechen, dürfen bis 31. Oktober 2012 in der EU hergestellt, eingeführt oder in Verkehr gebracht werden.

IV. Überblick über die neuen RDA-Werte

Geänderte RDA-Werte:	Neue RDA-Werte:
Biotin: Verringerung von 150 auf 50 µg	Chlorid: 800 mg
Vitamin B 1: Verringerung von 1,4 auf 1,1 mg	Chrom: 40 µg
Vitamin B 2: Verringerung von 1,6 auf 1,4 mg	Fluorid: 3,5 mg
Vitamin B 6: Verringerung von 2,0 auf 1,4 mg	Kalium: 2000 mg
Vitamin B 12: Erhöhung von 1,0 auf 2,5 µg	Kupfer: 1 mg
Vitamin C: Erhöhung von 60 auf 80 mg	Mangan: 2 mg
Vitamin E: Erhöhung von 10 auf 12 mg	Molybdän: 50 µg
Niacin: Verringerung von 18 auf 16 mg	Vitamin K: 75 µg
Magnesium: Erhöhung von 300 auf 375 mg	Selen: 55 µg
Phosphor: Verringerung von 800 auf 700 mg	
Zink: Verringerung von 15 auf 10 mg	
Unverändert bleiben die RDA-Werte für Vitamin A, Calcium, Eisen, Jod, Vitamin D, Folsäure und Pantothenäure.	

¹ BGBl II Nr. 186/2009 vom 26. Juni 2009.

V. Konsolidierte Textfassung der Nährwertkennzeichnungsverordnung

Verordnung des Bundesministers für Gesundheit und Konsumentenschutz über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln (NWKV), BGBl. Nr. 896/1995 idgF

- § 1. (1) Diese Verordnung regelt die Nährwertkennzeichnung sowie nährwertbezogene Angaben beim Inverkehrbringen von Lebensmitteln, die - ohne weitere Verarbeitung - für den Letztverbraucher bestimmt sind. Sie gilt auch für die für Einrichtungen der Gemeinschaftsversorgung bestimmten Lebensmittel.

(2) Diese Verordnung gilt nicht für

 1. Angaben, die auf Grund anderer Rechtsvorschriften vorgeschrieben sind,
 2. Trinkwasser, Quellwasser und natürliches Mineralwasser,
 3. Nahrungsergänzungsmittel.
- § 2. (1) Die Nährwertkennzeichnung ist vorbehaltlich des Abs. 2 freiwillig.

(2) Erfolgt beim Inverkehrbringen von Lebensmitteln eine nährwertbezogene Angabe, so muss – ausgenommen bei produktübergreifenden Werbekampagnen – die Kennzeichnung des Lebensmittels die Angaben gemäß § 5 enthalten; ausgenommen davon kann sich hingegen die Kennzeichnung beim Inverkehrbringen unverpackter Lebensmittel auf die Deklaration jener Angabe(n) beschränken, auf die sich die nährwertbezogene Angabe bezieht.
- § 3. (1) Nährwertkennzeichnung ist jede in der Etikettierung aufscheinende Angabe über
 - a) den Brennwert (Energiewert),
 - b) den Gehalt an
 - Eiweiß (Proteinen),
 - Kohlenhydraten,
 - Fett,
 - Ballaststoffen,
 - Natrium,
 - den in der Anlage angeführten und gemäß den dort angegebenen Werten in signifikanten Mengen vorhandenen Vitaminen oder Mineralstoffen.

(2) Nährwertbezogene Angabe ist jede beim Inverkehrbringen von Lebensmitteln erscheinende Angabe, Darstellung oder Aussage, mit der erklärt, suggeriert oder mittelbar zum Ausdruck gebracht wird, dass ein Lebensmittel besondere Nährwertigenschaften besitzt, weil es Energie

 - liefert,
 - in vermindertem bzw. in erhöhtem Maße liefert
 - oder nicht liefert,
 - oder weil es Nährstoffe enthält,
 - in verminderter bzw. erhöhter Menge enthält
 - oder nicht enthält.
- Angaben oder Hinweise auf den Alkoholgehalt eines Lebensmittels sind keine nährwertbezogenen Angaben gemäß dieser Verordnung.
- § 4. Angaben im Sinne des § 3 Abs. 2 sind nur dann zulässig, wenn sie sich auf den Brennwert, auf in § 3 Abs. 1 lit. b genannte Nährstoffe oder auf Stoffe, die einer der in § 3 Abs. 1 lit. b genannten Nährstoffgruppen angehören oder deren Bestandteile bilden, beziehen.
- § 5. (1) Die Kennzeichnung hat entweder die Angaben nach Z 1 oder Z 2 in der genannten Reihenfolge zu enthalten:
 1. a) Brennwert,
 - b) Gehalt an Eiweiß, Kohlenhydraten und Fett;
 2. a) Brennwert,
 - b) Gehalt an Eiweiß, Kohlenhydraten, Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren, Ballaststoffen und Natrium.

(2) Wenn sich eine nährwertbezogene Angabe auf Zucker, gesättigte Fettsäuren, Ballaststoffe oder Natrium bezieht, so hat die Kennzeichnung die Angaben gemäß Abs. 1 Z 2 zu enthalten.
- (3) Die Kennzeichnung gemäß Abs. 1 Z 1 oder Z 2 kann auch Mengen eines oder mehrerer der nachfolgenden Stoffe umfassen:
 1. Stärke;
 2. mehrwertige Alkohole;
 3. einfach ungesättigte Fettsäuren;
 4. mehrfach ungesättigte Fettsäuren;
 5. Cholesterin;
 6. die in der Anlage angeführten und gemäß den dort angegebenen Werten in signifikanten Mengen vorhandenen Vitamine oder Mineralstoffe.
- (4) Bezieht sich eine nährwertbezogene Angabe auf Stoffe, die einer der in Abs. 1 und 3 genannten Nährstoffgruppen angehören oder deren Bestandteil bilden, so ist zusätzlich die Angabe des Gehaltes dieser(s) Stoffe(s) zwingend vorgeschrieben.
- (5) Darüber hinaus ist bei Angabe des Gehalts an mehrfach ungesättigten oder einfach ungesättigten Fettsäuren oder Cholesterin auch der Gehalt an gesättigten Fettsäuren anzugeben; diese Angabe verpflichtet jedoch nicht zur Kennzeichnung gemäß Abs. 1 Z 2.
- § 6. Gemäß dieser Verordnung bedeuten

(1) Brennwert: der berechnete Energiegehalt eines Lebensmittels, wobei der Berechnung für

1 g Eiweiß	4 kcal bzw. 17 kJ,
1 g Kohlenhydrate (ausgenommen mehrwertige Alkohole)	4 kcal bzw. 17 kJ,
1 g mehrwertige Alkohole	2,4 kcal bzw. 10 kJ,
1 g Ethylalkohol	7 kcal bzw. 29 kJ,
1 g Fett	9 kcal bzw. 37 kJ,
1 g organische Säuren	3 kcal bzw. 13 kJ,
1 g Salatrims	6 kcal bzw. 25 kJ,
1 g Ballaststoffe	2 kcal bzw. 8 kJ,
1 g Erythritol	0 kcal bzw. 0 kJ,

zugrunde gelegt werden.

(2) Eiweiß: der nach der Formel „Eiweiß = Gesamtstickstoff (nach Kjeldahl) x 6,25“ berechnete Eiweißgehalt.

(3) Kohlenhydrat: jegliches Kohlenhydrat, das im menschlichen Stoffwechsel umgesetzt wird, einschließlich mehrwertiger Alkohole.

(4) Zucker: alle in Lebensmitteln vorhandenen Monosaccharide und Disaccharide, ausgenommen mehrwertige Alkohole.

(5) Fett: alle Lipide, einschließlich Phospholipide.

(6) gesättigte Fettsäuren: Fettsäuren ohne Doppelbindung.

(7) einfach ungesättigte Fettsäuren: Fettsäuren mit einer cis-Doppelbindung.

(8) mehrfach ungesättigte Fettsäuren: Fettsäuren mit durch cis-cis-Methylengruppen unterbrochenen Doppelbindungen.

(9) Ballaststoffe: Kohlenhydratpolymere mit drei oder mehr Monomereinheiten, die im Dünndarm des Menschen weder verdaut noch absorbiert werden und zu folgenden Kategorien zählen:

- essbare Kohlenhydratpolymere, die in Lebensmitteln, wenn diese verzehrt werden, auf natürliche Weise vorkommen;
- essbare Kohlenhydratpolymere, die auf physikalische, enzymatische oder chemische Weise aus Lebensmittelrohstoffen gewonnen werden und laut allgemein anerkannten wissenschaftlichen Nachweisen eine positive physiologische Wirkung besitzen;
- essbare synthetische Kohlenhydratpolymere, die laut allgemein anerkannten wissenschaftlichen Nachweisen eine positive physiologische Wirkung besitzen.

(10) Durchschnittswert: der Wert, der die in einem bestimmten Lebensmittel enthaltenen Nährstoffmengen am besten repräsentiert und jahreszeitlich bedingte Unterschiede, Verbrauchsmuster und

sonstige Faktoren berücksichtigt, die eine Veränderung des tatsächlichen Werts bewirken können.

- § 7. Die Kennzeichnung gemäß dieser Verordnung muß leicht verständlich sein und ist deutlich lesbar und dauerhaft anzubringen.

1. Bei verpackten Lebensmitteln ist die Kennzeichnung an gut sichtbarer Stelle auf der Verpackung oder auf einem mit ihr verbundenen Etikett untereinander (tabellarisch) anzuführen; bei Platzmangel können die Angaben hintereinander angeführt werden.

2. Bei unverpackten Lebensmitteln ist die Kennzeichnung an gut sichtbarer Stelle im Zusammenhang mit dem Produkt anzuführen; dies gilt auch für Lebensmittel, die in Gegenwart des Käufers verpackt werden.

3. Bei Lebensmitteln, die auf einer der Abgabe an den Endverbraucher vorangehenden Stufe oder an Einrichtungen der Gemeinschaftsversorgung abgegeben werden, ist es ausreichend, die Kennzeichnung in den die Lebensmittel begleitenden Geschäftspapieren anzuführen.

- § 8. (1) Die Angabe des Brennwertes und des Gehalts an Nährstoffen oder Nährstoffbestandteilen hat in Zahlen zu erfolgen. Dabei sind folgende Einheiten zu verwenden:

1. Brennwert: Kilojoule (kJ) und Kilokalorien (kcal).
2. Eiweiß, Kohlenhydrate, Fett, Ballaststoffe und Natrium: Gramm (g).
3. Cholesterin: Milligramm (mg).
4. Vitamine und Mineralstoffe: die in der Anlage angeführten Einheiten.

- (2) Die gemäß Abs. 1 anzugebenden Zahlen sind durchschnittliche Werte, die je nach Fall auf
 1. der Lebensmittelanalyse der Hersteller,
 2. der Berechnung auf der Grundlage der bekannten tatsächlichen oder durchschnittlichen Werte der verwendeten Zutaten,
 3. der Berechnung auf der Grundlage von generell nachgewiesenen und akzeptierten Daten beruhen.

- § 9. (1) 1. Die Angabe des Brennwertes und des Gehalts an Nährstoffen oder Nährstoffbestandteilen hat je 100 Gramm oder 100 Milliliter des Lebensmittels zu erfolgen. Zusätzlich können die Angaben je Portion erfolgen, wenn die Portion mengenmäßig auf der Verpackung oder dem Etikett festgelegt ist oder wenn die Anzahl der in der Verpackung enthaltenen Portionen angegeben ist.

2. Anstelle von Z 1 können bei Lebensmitteln, die erst nach Zugabe von anderen Lebensmitteln verbrauchsfertig sind, die in Z 1 genannten Angaben auf der Grundlage der Zubereitung gemacht wer-

den, sofern ausreichend genaue Angaben über die Zubereitungsweise gemacht werden und die Angaben sich auf das verbrauchsfertige Lebensmittel beziehen.

(2) Angaben über Vitamine und Mineralstoffe müssen zusätzlich als Prozentsatz der im Anhang empfohlenen Tagesdosen bezogen auf die in Abs. 1 Z 1 angeführten Mengen erfolgen. Dieser Prozentsatz kann auch als bildliche Darstellung angegeben werden.

- § 10. (1) Werden Zucker, mehrwertige Alkohole oder Stärke angegeben, so folgt diese Angabe unmittelbar auf die Angabe des Kohlenhydratgehaltes in folgender Weise:

– Kohlenhydrate	g
davon	
– Zucker	g
– mehrwertige Alkohole	g
– Stärke	g

- (2) Werden die Menge oder die Art der Fettsäuren oder Cholesterin angegeben, so folgt diese Angabe unmittelbar auf die Angabe des Gesamtfetts in folgender Weise:

– Fett	g
davon	
– gesättigte Fettsäuren	g
– einfach ungesättigte Fettsäuren	g
– mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g
– Cholesterin	mg

- § 11. (1) Lebensmittel, die dieser Verordnung nicht entsprechen, dürfen unbeschadet Abs. 2 bis 30.4.1996 in Verkehr gebracht werden.

(2) Lebensmittel, die bereits vor dem 30.4.1996 verpackt und gekennzeichnet worden sind, dürfen noch bis 30.9.1997 in Verkehr belassen werden.

(3) Lebensmittel, die nicht den Anforderungen der Verordnung über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln (NWKV), BGBl. Nr. 896/1995, in der Fassung der Verordnung BGBl. II Nr. 186/2009, aber der Verordnung über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln (NWKV), BGBl. Nr. 896/1995, in der Fassung der Verordnung BGBl. II Nr. 435/2004 entsprechen, dürfen bis zum 31.10.2012 hergestellt, eingeführt oder in Verkehr gebracht werden.

- § 12. Durch diese Verordnung werden folgende Richtlinien der Europäischen Gemeinschaft umgesetzt:

- Richtlinie 90/496/EWG des Rates vom 24.9.1990 über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln, ABl. Nr. L 276 vom 6.10.1990,
- Richtlinie 2003/120/EG der Kommission vom 5.12.2003 zur Änderung der Richtlinie 90/496/EWG über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln, ABl. Nr. L 333 vom 20.12.2003.
- Richtlinie 2008/100/EG der Kommission vom 28.10.2008 zur Änderung der Richtlinie 90/496/EWG des Rates über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln hinsichtlich der empfohlenen Tagesdosen, der Umrechnungsfaktoren für den Energiewert und der Definitionen, ABl. Nr. L 285 vom 29.10.2008.

- Anlage

Vitamine und Mineralstoffe, die in der Angabe enthalten sein können, und ihre empfohlene Tagesdosis (Recommended Daily Allowance – RDA)

Vitamin A (µg) ¹	800
Vitamin D (µg)	5
Vitamin E (mg)	12
Vitamin K (µg)	75
Vitamin C (mg)	80
Thiamin (mg)	1,1
Riboflavin (mg)	1,4
Niacin (mg)	16
Vitamin B6 (mg)	1,4
Folsäure (µg) ²	200
Vitamin B12 (µg)	2,5
Biotin (µg)	50
Pantothensäure (mg)	6
Kalium (mg)	2000
Chlorid (mg)	800
Kalzium (mg)	800
Phosphor (mg)	700
Magnesium (mg)	375
Eisen (mg)	14
Zink (mg)	10
Kupfer (mg)	1
Mangan (mg)	2
Fluorid (mg)	3,5
Selen (µg)	55
Chrom (µg)	40
Molybdän (µg)	50
Jod (µg)	150

In der Regel sollte eine Menge von 15 % der in dieser Anlage angegebenen empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 mL oder in einer Packung, sofern die Packung nur eine einzige Portion enthält, bei der Festsetzung der signifikanten Menge berücksichtigt werden.

KK/NG

¹ 1 µg Vitamin A entspricht 6 µg all-trans-β-Carotin oder 12 µg andere Provitamin A-Carotinoide.

² 1 µg Pteroylpolyglutamat entspricht 0,5 µg Pteroylmonoglutamat (=freie Folsäure).