

EU-weite Nährwertkennzeichnung in Tabellenform

Beispiel

	pro 100 g	pro Stück (33 g)
Energie	1589 kJ/ 377 kcal	524 kJ/ 125 kcal
Fett	9,9 g	3,3 g
- davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g	0,7 g
Kohlenhydrate	61,7 g	20,4 g
- davon Zucker	39,2 g	12,9 g
Eiweiß	8,4 g	2,8 g
Salz	0,75 g	0,25 g

Berücksichtigte Nährstoffe

Energie

Kohlenhydrate

Zucker

Fette

gesättigte Fettsäuren

Eiweiß

Salz

ohne Wertung

Weitere Merkmale

- ist auf der Rückseite von verpackten Lebensmitteln Pflicht laut EU-Lebensmittelinformationsverordnung Nr. [1169/2011](#) (LMIV)
- Erweiterung der Angaben um Gehalt an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen möglich

„Front-of-pack nutrition labelling“ der FSA

Beispiel

Jeder *Grilled Burger* (94 g) enthält

Energie 924 kJ 220kcal	Fett 13 g	Gesätt.FS 5.9 g	Zucker 0.8 g	Salz 0.7 g
11%	11%	30%	<1%	12%

vom täglichen Bedarf eines Erwachsenen.

Weitere Merkmale

- von der FSA (food standard agency) in Großbritannien vorgestellt und stetig weiterentwickelt; freiwillige Kennzeichnungsform
- Berechnungen und farbliche Zuordnung beruhen auf Nährstoffgehalten pro 100 g
- Referenzperson bezieht sich auf Erwachsenen mit einem täglichen Energiebedarf von 2.000 kcal

Berücksichtigte Nährstoffe

Energie

Zucker

Fett

gesättigte
Fettsäuren

Salz

Wertung unerwünschter
Inhaltsstoffe

GDA-Kennzeichnung

Beispiel

Jeder Grilled Burger (94 g) enthält

Energie 924 kJ 220kcal	Fett 13 g	Gesätt.FS 5.9 g	Zucker 0.8 g	Salz 0.7 g
11%	11%	30%	<1%	12%

vom täglichen Bedarf eines Erwachsenen

Weitere Merkmale

- wurde vom Verband der Europäischen Lebensmittelindustrie vorgeschlagen und 2010 von der EU-Kommission übernommen
- Berechnungen beruhen auf Nährstoffgehalten pro Portionsgröße
- Referenzperson bezieht sich auf Erwachsene mit einem täglichen Energiebedarf von 2.000 kcal

Berücksichtigte Nährstoffe

Energie

Zucker

Fett











gesättigte
Fettsäuren

Salz

keine Wertung

Erweiterte Lebensmittelampel

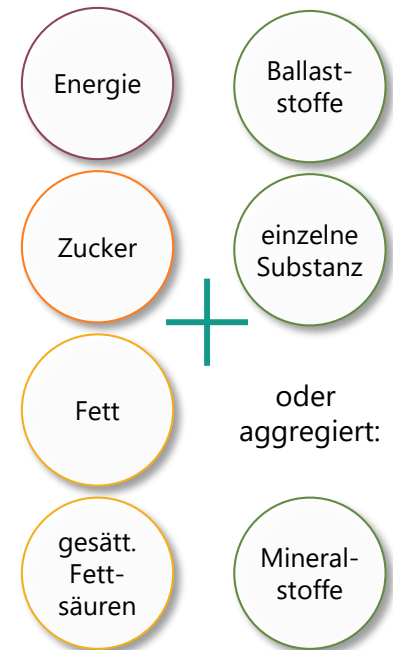
Beispiel

	Beispiel 1		Beispiel 2
Fett		Gesättigte Fette	
Gesättigte Fette		Zucker	
Zucker		Salz	
Salz		Ballaststoffe	
Anderer Inhaltsstoff, z.B. Calcium		Vitamine und Mineralstoffe	

Weitere Merkmale

- entwickelt von Experten der IAMO und der Universität Halle/Wittenberg
- Berechnungen bzw. farbliche Zuordnung beruhen auf Nährstoffgehalten pro 100 g
- neben unerwünschten Nährstoffen werden auch erwünschte Inhaltsstoffe wie Ballaststoffe oder Vitamine berücksichtigt

Berücksichtigte Nährstoffe



Wertung unerwünschter und erwünschter Inhaltsstoffe

Health Star Rating

Beispiel



Berücksichtigte Nährstoffe

Sterne*

Energie

Zucker

gesättigte
Fettsäuren

frei wählbarer
Nährstoff

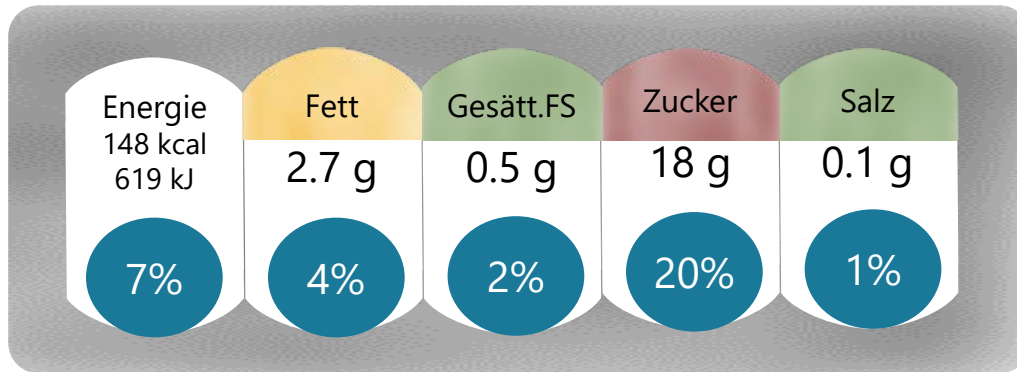
Wertung (un-)erwünschter
Inhaltsstoffe

Weitere Merkmale

- freiwillige, zusätzliche Kennzeichnungsform in Australien und Neuseeland
- Berechnungen beruhen auf Nährstoffgehalten pro 100 g
- Sterne*-Bewertung berücksichtigt zudem den Gehalt an wünschenswerten Inhaltsstoffen wie Ballaststoffen oder Eiweiß sowie Vitaminen und Mineralstoffen
- einzelne, ausgewählte Nährstoffe werden separat dargestellt

ENL-Schema

Beispiel



Berücksichtigte Nährstoffe

Energie

Zucker

Fett

gesätt.
Fettsäuren

Salz

*Wertung unerwünschter
Inhaltsstoffe*

Weitere Merkmale

- Vorschlag Nestlé, Unilever, Mars, PepsiCo, Coca Cola und Kraft Foods zu einer zusätzlichen Kennzeichnung
- Berechnungen bzw. farbliche Zuordnung beruhen auf Nährstoffgehalten pro Portionsgröße
- Referenzperson bezieht sich auf Erwachsenen mit einem täglichen Energiebedarf von 2.000 kcal

Nutri-Score

Beispiel



Weitere Merkmale

- freiwillige, zusätzliche Kennzeichnungsform in Frankreich seit Oktober 2017 (von Belgien, Spanien bereits übernommen)
- Berechnungen bzw. farbliche Zuordnung beruhen auf Einstufung der Nährstoffgehalte in Kategorien von A bis E
- Einstufung bezieht sich auf gesunden Erwachsenen
- es werden erwünschte und unerwünschte Inhaltsstoffe/Zutaten berücksichtigt

Berücksichtigte Nährstoffe

Energie

erwünscht:
Ballaststoffe,
Eiweiß,
Früchte,
Gemüse

unerwünscht:
Fett, Zucker,
Salz,
gesättigte
Fettsäuren

Wertung verschiedener
Inhaltsstoffe

Wegweiser Ernährung

Beispiel



Berücksichtigte Nährstoffe

Energie

erwünscht:
Ballaststoffe,
Eiweiß,
Früchte,
Gemüse

unerwünscht:
Fett, Zucker,
Salz,
gesättigte
Fettsäuren

Wertung verschiedener
Inhaltsstoffe

Weitere Merkmale

- Kompromissvorschlag des Max-Rubner-Instituts im Mai 2019: soll (gute) Ansätze verschiedener Modelle vereinigen
- Berechnungen bzw. farbliche Zuordnung beruhen auf Algorithmus des französischen Systems NutriScore und des britischen Systems Nutrient Profiling System Score
- Einstufung bezieht sich auf gesunden Erwachsenen
- es werden erwünschte und unerwünschte Inhaltsstoffe/Zutaten berücksichtigt