

MAISTO ŽENKLINIMAS SIMBOLIŲ „RAKTO SKYLUĖ”

Dr. Roma Bartkevičiūtė
Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

Seminaras „Neinfekcinių ligų rizikos veiksniai
(mityba, fizinis aktyvumas, alkoholio vartojimas”
Trakai, 2014-11-25

Symbolis „Rakto skylutė“



Simbolis „Rakto skylutė“

- LR sveikatos apsaugos ministras **2014 m. sausio 22 d. įsakymu** Nr. V-50 nustatė simbolio „Rakto skylutė“ **naudojimo reikalavimus**
- **www.sam.lt**
<https://www.e-tar.lt/portal/forms/legalAct.html?documentId=42987ff084be11e3aba3d2563f167b94>

Simbolis „Rakto skylutė“

- Simbolis „Rakto skylutė“, **2014 m. įteisintas Lietuvoje**, plačiai naudojamas Švedijoje, Danijoje, Norvegijoje ir Islandijoje.
- Šis simbolis sukurtas **Švedijoje** ir taikomas jau **nuo 1989 metų**. Juo ženklinami dešimčių tūkstančių pavadinimų produktai. **Lietuva yra pirmoji kontinentinė Europos Sąjungos valstybė**, prisijungusi prie šios sistemos. Kitos šalys taip pat svarsto tokią galimybę.

Simbolis „Rakto skylutė“

- Rakto skylutė simbolizuoja griežtus kriterijus, pro kuriuos „gali pralįsti“ tik juos atitinkantys maisto produktai.
- Tai valstybinis, nekomercinis, savanoriškai taikomas, nemokamas, pozityvus maisto produktų sudėties ženklavimas, skirtas padėti vartotojams lengviau rasti sveikatai palankesnius maisto produktus tarp kitų panašių produktų.

Simbolis „Rakto skylutė“

- „Rakto skylutės“ ženklavimo principus apibrėžia SAM patvirtinti kriterijais **25-ms maisto produktų grupėms.**
- „Rakto skylute“ pažymėti produktai turi kelis kartus mažiau **riebalų, cukraus ir druskos** **bei daugiau maistinių skaidulinių medžiagų** nei kiti panašūs tos pačios grupės maisto produktai (pvz., liesi jogurtai tarp kitų jogurtų).

Simbolis „Rakto skylutė“

- neturi būti **saldiklių**,
- aliejuje ir (arba) kituose produktams pagaminti naudojamuose **riebaluose gali būti ne daugiau kaip 2 g** pramoninės gamybos **riebalų rūgščių transizomerų 100 g** aliejaus ir (arba) riebalų.
- **papildomai kiti kriterijai visoms grupėms** dėl **R, cukrų, natrio (druskos) ir skaidulinių medžiagų** (Žr. įsakymo lentelę), išskyrus 12 ir 18 grupes, kurios.....

Simbolis „Rakto skylutė“

(ženklinami simboliai be apribojimų)

- **12. Žuvys, jūrų gėrybės, dvigeldžiai ir kiti moliuskai**, kurie nebuvo apdoroti, tačiau gali būti padalyti, supjaustyti, be kaulų, susmulkinti, nuvalyti, nuskusti, sumalti, atšaldyti, užšaldyti ar atitirpinti
- **18. vaisiai ir uogos**, kurie nebuvo apdoroti, tačiau gali būti nuvalyti, supjaustyti, atšaldyti, užšaldyti ar atitirpinti
- **19. bulvės ir daržovės (švieži)**

Kriterijai kai galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“?

Pieno produktai

- **Liesas pienas** ar natūralus jogurtas (iki 0,7 proc. riebumo).
- Pagardintas **liesas jogurtas** (iki 0,7 proc. riebumo ir iki 9 proc. cukraus).
- Švieži sūriai, pavyzdžiui, varškės (**iki 5 proc. riebalų ir iki 0,35 g/100 g natrio**).
- Kiti sūriai, pvz., fermentiniai (iki 17 proc. riebalų ir iki 0,5 g/100 g natrio).
- **Aromatizuoti pieno gaminiai, turintys saldiklį, negali būti ženklinami simboliu „Rakto skylutė“.**

Kriterijai, kai galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“?

Mėsa ir perdirbti mėsos produktai

- Šviežia ar smulkinta mėsa, simboliu „Rakto skylutė“ gali būti ženklinama tik tada, **kai turi** ne daugiau kaip 10 proc. riebalų. Šis kriterijus taikomas ir dešroms bei kitiems mėsos produktams. Didžiausias leidžiamas natrio kiekis šiuo metu nenormuojamas, tačiau 2014 m. šalys planuoja šią nuostatą peržiūrėti.

Kriterijai, kai galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“?

Duona ir javų produktai

- Duona, pažymėta simboliu „Rakto skylutė“, privalo turėti nustatyta visagrūdžių produktų kiekį, ne mažiau kaip 7 proc. riebalų bei iki 5 proc. cukraus. Šioje duonoje gali būti ne daugiau kaip 0,5 g natrio / 100 gramų. Javų produktai privalo turėti nustatyta visagrūdžių produktų kiekį.
- Dribsniai ir javainiai privalo turėti tam tikrą kiekį **maistinių skaidulinių medžiagų ir visagrūdžių produktų**, ne daugiau kaip 13 proc. cukraus, iki 7 proc. riebalų ir nedaug druskos.
- Miltai, dribsniai, sausos košės privalo turėti tam tikrą **privalomą kiekį maistinių skaidulinių medžiagų bei visagrūdžių produktų.**

Simboliu negalima ženklini šių produktų

- Padažų, salotų uždarų, tortų, desertinių pyragų, sūrio pyragų, saldžių sausainių, blynų, gaiviųjų ir alkoholinių gėrimų, **sulčių**, džemų, valgomųjų **ledų**, užkandžių, saldainių, **šokolado**, majonezo ir produktų, turinčių saldiklių (nes šių grupių **produktai neatitinka** **simbolio „Rakto skylutė“ ženklinimo koncepcijos dėl palankesnio sveikatai maisto**).

Simboliu negalima ženklini šių produktų

- riešutų,
- sėklų,
- kiaušinių,
- geriamojo ir mineralinio vandens

nes visi šių grupių produktai yra rekomenduotini vartoti, nesiekiant tarp jų išskirti atskirų produktų

Simboliu **negalima** ženklini šių produktų

- sultys,
- nektarai,
- vaisiniai gaivieji gėrimai,
- džiovinti vaisiai

siekiant skatinti vartoti kitus šių grupių produktus (šviežius vaisius, daržoves)

šiuo simboliu **neženklinami**

Produktai, skirti

vaikams iki trejų metų amžiaus

Kas gali vartoti maisto produktus, pažymėtus simboliu „Rakto skylutė“?

- „Rakto skylutės“ simboliu pažymėti produktai **tinka visiems sveikiems asmenims** – suaugusiesiems ir vaikams. Jie skirti visiems, **norintiems maitintis sveikiau.**
- Maisto produktai, pažymėti simboliu „Rakto skylutė“ **nėra „dietiniai“.**

Ar simboliu „Rakto skylutė“ žymimi ekologiški produktai?

- „Rakto skylutė“ yra mitybinis, ne ekologinis ženklas.
- Maisto produktai, paženklinti simboliu „Rakto skylutė“ yra sveikatai palankesni, nes turi mažiau riebalų, cukraus ir druskos bei daugiau maistinių skaidulinių medžiagų. Tuo tarpu ekologiški produktai **mitybine prasme** nebūtinai yra sveikesni už kitus produktus. Tačiau simbolis „Rakto skylutė“ **gali būti naudojamas kartu su ekologinės žemdirbystės ženklu,** sąžiningo verslo bei kitais panašiais ženklais.

Ekologiško maisto ženklinimas



Ar simboliu „Rakto skylutė“ pažymėti produktai turi daugiau/mažiau maisto priedų?

- Maisto priedus reglamentuoja kiti ES teisės aktai.
- **Reikalavimai yra vienodi** tiek pažymėtiems, tiek nepažymėtiems šiuo simboliu maisto produktams. Vienintelė išimtis – simboliu „Rakto skylutė“ pažymėtuose produktuose visai negali būti saldiklių, nes moksliniai tyrimai rodo, kad saldiklių vartojimas sukelia priklausomybę saldžiam skoniui ir skatina vartoti bet kokius saldžius produktus.

AČIŪ UŽ DĖMESĮ