

ПОРІВНЯЛЬНА ТАБЛИЦЯ

до проєкту наказу Міністерства охорони здоров'я України «Про затвердження Змін до деяких нормативно-правових актів Міністерства охорони здоров'я України»

Зміст положення акта законодавства		Зміст відповідного положення проєкту акта
Гігієнічні вимоги до дієтичних добавок, затверджені наказом Міністерства охорони здоров'я України від 19 грудня 2013 року № 1114, зареєстрованим в Міністерстві юстиції України 27 грудня 2013 року за № 2231/24763		
I. Загальні положення		
	1.2. Дієтичні добавки можуть містити широкий спектр поживних речовин та інших інгредієнтів, у тому числі вітаміни, мінерали , амінокислоти, незамінні жирні кислоти, клітковину, різноманітні рослини та екстракти трав.	1.2. Дієтичні добавки можуть містити широкий спектр поживних речовин та інших інгредієнтів, у тому числі вітаміни, мінеральні речовини , амінокислоти, незамінні жирні кислоти, клітковину, різноманітні рослини та екстракти трав.
	1.3. Ці Гігієнічні вимоги не застосовуються до лікарських засобів, функціональних харчових продуктів та харчових продуктів для спеціального дієтичного споживання .	1.3. Ці Гігієнічні вимоги не застосовуються до лікарських засобів.
	1.4. У цих Гігієнічних вимогах термін «окремі поживні речовини» означає сукупність вітамінів та/або мінеральних речовин. Інші терміни у цих Гігієнічних вимогах вживаються у значеннях, наведених у Законі України «Про безпечність та якість харчових продуктів».	1.4. У цих Гігієнічних вимогах термін «окремі поживні речовини» означає сукупність вітамінів та/або мінеральних речовин. Інші терміни у цих Гігієнічних вимогах вживаються у значеннях, наведених у Законі України «Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів» (далі – Закон).
II. Вимоги до дієтичних добавок		

<p>2.1. Дієтичні добавки повинні реалізуватися (пропонуватися) кінцевому споживачу виключно у дозований формі та в упакованому вигляді.</p>	<p>2.1. Дієтичні добавки повинні реалізуватися (пропонуватися) кінцевому споживачу виключно дозовано, як фасований харчовий продукт.</p>
<p>2.2. Для виробництва дієтичних добавок можуть використовуватися вітаміни і мінерали, наведені в додатку 1 до цих Гігієнічних вимог, у формах, визначених у додатку 2 до цих Гігієнічних вимог.</p> <p>Зміни та доповнення до додатків 1 і 2 вносяться за рекомендацією Національної комісії України з Кодексу Аліментаріус, яка розглядає зазначені питання на підставі:</p> <p>1) представленої інформації про внесення відповідних змін та доповнень до законодавства Європейського Союзу;</p> <p>2) наукового обґрунтування та підготовленого звіту (досьє) відповідно до рекомендацій (методичних документів) відповідних міжнародних організацій.</p> <p>Інші речовини, які характеризують продукт або вказують на їх походження, можуть використовуватися для виробництва дієтичних добавок шляхом внесення змін до цих Гігієнічних вимог за рекомендацією Національної комісії України з Кодексу Аліментаріус.</p>	<p>2.2. Для виробництва дієтичних добавок дозволено використовувати виключно речовини, включені до переліку вітамінів, мінеральних речовин, які наведені в додатку 1 до цих Гігієнічних вимог, у формах, визначених у додатку 2 до цих Гігієнічних вимог, а також інші речовини, наведені у додатку 3 до цих Гігієнічних вимог.</p> <p>Внесення змін до додатків 1–3 до цих Гігієнічних вимог та встановлення максимально допустимих доз вітамінів, мінеральних речовин та інших речовин, що дозволені до застосування в дієтичних добавках, здійснюється відповідно до частини одинадцятої статті 32-2 Закону, на основі позитивної оцінки впливу на здоров'я людини вітамінів, мінеральних речовин або інших речовин і їх максимально допустимих доз у харчових продуктах, що пропонуються до введення в обіг як дієтична добавка (далі – оцінка впливу на здоров'я).</p> <p>Оцінка впливу на здоров'я проводиться державним підприємством «Державний експертний центр Міністерства охорони здоров'я України» відповідно до порядку, визначеного пунктом 15 частини другої статті 6 Закону.</p> <p>Як виключення з вимог, наведених в абзаці другому цього пункту, зміни до додатків 1–3 до цих Гігієнічних вимог вносяться також на підставі відповідних змін до законодавства Європейського Союзу.</p> <p>Речовини, використання яких у харчових продуктах забороняється або обмежується наведено в Правилах додавання вітамінів, мінеральних речовин та деяких інших речовин до харчових продуктів, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 16 липня 2020 року № 1613, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 16 вересня 2020 року за № 891/35174.</p> <p>У складі дієтичних добавок заборонено використовувати речовини, що входять до складу діючих речовин зареєстрованого лікарського засобу, що відпускається за рецептом, за виключенням речовин, наведених в додатках 1–3 до цих Гігієнічних вимог.</p>

		Назва дієтичної добавки не повинна бути тотожною чи подібною назві лікарського засобу або містити назву лікарського засобу як частину своєї назви.
	2.3. Критерії якості для поживних речовин, що використовуються для виробництва дієтичних добавок, у тому числі визначених додатком 2 до цих Гігієнічних вимог, повинні відповідати вимогам законодавства України, а у разі їх відсутності - нормативам, встановленим Комісією з Кодексу Аліментаріус.	2.3. Критерії чистоти для поживних речовин, що використовуються для виробництва дієтичних добавок, у тому числі визначені додатком 2 до цих Гігієнічних вимог, повинні відповідати вимогам законодавства України про безпечність та окремі показники якості харчових продуктів, а у разі їх відсутності – критеріям чистоти, що рекомендовані міжнародними органами, такими як Компендіум зі специфікацій на харчові добавки (Compendium of food additive specifications), Кодекс хімічних речовин для харчових цілей (Food chemicals codex) Державна фармакопея України, Європейська фармакопея, Фармакопея США, Специфікації та стандарти Японії для харчових добавок (Japan's Specifications and Standards for Food Additives) та інші.
	<p>2.5. Максимальний вміст окремих поживних або інших речовин, що характеризують продукт або які вказують на їх походження, має бути науково обґрунтований та встановлюватись, виходячи з:</p> <p>1) максимально безпечних рівнів, встановлених шляхом наукової оцінки ризику на підставі наукових даних з урахуванням, якщо це необхідно, різного ступеня чутливості у різних груп споживачів;</p> <p>2) надходження поживних речовин з інших джерел харчування;</p> <p>3) норм фізіологічних потреб населення в основних харчових речовинах.</p> <p>Будь-яке перевищення вмісту кожної поживної речовини в рекомендованій щоденній кількості дієтичної добавки має бути обґрунтовано оператором ринку, чия діяльність пов'язана з дієтичними добавками, в процесі реєстрації такої дієтичної добавки, але не може досягати терапевтичної дози та/або трикратного значення норми.</p>	<p>2.5. Максимальний вміст окремих поживних або інших речовин, що характеризують продукт або які вказують на їх походження, має бути науково обґрунтований та встановлюватись, виходячи з:</p> <p>1) максимально безпечних рівнів, встановлених шляхом наукової оцінки ризику на підставі наукових даних з урахуванням, якщо це необхідно, різного ступеня чутливості у різних груп споживачів;</p> <p>2) надходження поживних речовин з інших джерел харчування;</p> <p>3) норм фізіологічних потреб населення в основних харчових речовинах.</p> <p>Максимальний вміст поживної речовини не повинен перевищувати добову потребу відповідно до Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 03 вересня 2017 року № 1073, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 02 жовтня 2017 року за № 1206/31074.</p>

	<p>2.6. Якщо законодавством України, Комісією з Кодексу Аліментаріус не встановлені вимоги до критеріїв якості, мінімального та максимального вмісту поживної речовини, така речовина може додаватися в дієтичну добавку тільки після її затвердження в установленому законодавством порядку.</p>	—
	<p>2.7. Оператори ринку, діяльність яких пов'язана з дієтичними добавками, на всіх стадіях виробництва та обігу повинні забезпечити відповідність дієтичних добавок вимогам законодавства України про харчові продукти.</p>	<p>2.6. Оператори ринку, діяльність яких пов'язана з дієтичними добавками, на всіх стадіях виробництва та обігу повинні забезпечити відповідність дієтичних добавок вимогам законодавства України про харчові продукти.</p>
	<p>2.8. Можливість простеження дієтичних добавок та будь-яких речовин, призначених для введення в дієтичні добавки, повинна бути забезпечена на всіх етапах виробництва та обігу.</p> <p>Оператори ринку, діяльність яких пов'язана з дієтичними добавками, повинні мати можливість встановити особу, яка поставила дієтичну добавку або будь-яку речовину, призначену для введення в дієтичні добавки, та мати системи й процедури для встановлення інших операторів ринку, яким вони поставляють свою продукцію.</p> <p>Дієтичні добавки, що вводяться в обіг, повинні бути належним чином етикетовані для полегшення можливості їх простеження через відповідну документацію або інформацію в установленому законодавством порядку.</p>	<p>2.7. Можливість простеження дієтичних добавок та будь-яких речовин, призначених для введення в дієтичні добавки, повинна бути забезпечена на всіх етапах виробництва та обігу.</p> <p>Оператори ринку, діяльність яких пов'язана з дієтичними добавками, повинні мати можливість встановити особу, яка поставила дієтичну добавку або будь-яку речовину, призначену для введення в дієтичні добавки, та мати системи й процедури для встановлення інших операторів ринку, яким вони поставляють свою продукцію.</p> <p>Дієтичні добавки, що вводяться в обіг, повинні бути належним чином промарковані для полегшення можливості їх простеження через відповідну документацію або інформацію в установленому законодавством порядку.</p>
	<p align="center">III. Вимоги до маркування та реклами дієтичних добавок</p>	

	<p>3.1. У цьому розділі наводяться додаткові до визначених Законом України «Про безпечність та якість харчових продуктів» та іншими нормативно-правовими актами України вимоги до етикетування і реклами дієтичних добавок.</p>	<p>3.1. У цьому розділі наводяться додаткові до визначених Законами України «Про інформацію для споживачів щодо харчових продуктів», «Про рекламу» вимоги до маркування і реклами дієтичних добавок.</p>
	<p>3.2. В етикетуванні дієтичних добавок слід зазначати:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) назву харчового продукту – «дієтична добавка»; 2) назву категорій окремих поживних або інших речовин, що характеризують продукт або які вказують на походження таких окремих поживних або інших речовин; 3) кількість (порцію) дієтичної добавки, рекомендовану для щоденного споживання; 4) попередження не перевищувати зазначену рекомендовану кількість (порцію) для щоденного споживання; 5) вказівку про те, що дієтичні добавки не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування; 6) застереження про те, що продукт потрібно зберігати в недоступному для дітей місці. 	<p>3.2. В маркуванні дієтичних добавок слід зазначати:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) назву харчового продукту - «дієтична добавка»; 2) назву категорій окремих поживних або інших речовин, що характеризують продукт або які вказують на походження таких окремих поживних або інших речовин; 3) добову дозу дієтичної добавки, рекомендовану для щоденного споживання; 4) попередження не перевищувати зазначену рекомендовану добову дозу; 5) вказівку про те, що дієтичні добавки не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування; 6) застереження про те, що продукт потрібно зберігати в недоступному для дітей місці.
	<p>3.3. Етикетування і реклама дієтичних добавок не повинні містити вислови щодо можливої лікувальної дії, втамування болю; листи подяки, визнання, поради, якщо вони пов'язані з лікуванням чи полегшенням умов перебігу захворювань, а також посилання на таку інформацію; вислови, які</p>	<p>3.3. Маркування і реклама дієтичних добавок не повинні містити вислови щодо можливої лікувальної дії, втамування болю; не повинні приписувати дієтичним добавкам властивостей запобігати, лікувати або зцілювати захворювання; листи подяки, визнання, поради, якщо вони пов'язані з лікуванням чи полегшенням умов перебігу захворювань, а також посилання на таку інформацію; вислови, які спричиняють чи сприяють виникненню відчуття негативного психологічного стану.</p>

	спричиняють чи сприяють виникненню відчуття негативного психологічного стану.	
	3.4. Етикетування і реклама дієтичних добавок не повинні містити будь-яких прямих або у завуальованій формі тверджень про те, що повноцінний раціон харчування не може забезпечити отримання необхідної для організму людини кількості поживних речовин.	3.4. Маркування і реклама дієтичних добавок не повинні містити будь-яких прямих або у завуальованій формі тверджень про те, що повноцінний раціон харчування не може забезпечити отримання необхідної для організму людини кількості поживних речовин.
	3.5. Кількість поживних речовин наводиться в етикетуванні в одиницях виміру, наведених у додатку 1 до цих Гігієнічних вимог.	3.5. Кількість поживних речовин наводиться в маркуванні в одиницях виміру, наведених у додатках 1, 3 до цих Гігієнічних вимог.
	3.6. Кількість поживних речовин повинна зазначатися в розрахунку на рекомендовану щоденну кількість (порцію) дієтичної добавки, вказану в етикетуванні .	3.6. Кількість поживних речовин повинна зазначатися в розрахунку на рекомендовану щоденну кількість (порцію) дієтичної добавки, вказану в маркуванні .
	Пункт відсутній	3.7. Інформація, що наведена в листку-вкладці до застосування дієтичної добавки, не повинна суперечити інформації, що наведена в маркуванні та відповідати вимогам до маркування та реклами дієтичних добавок визначених Законами України «Про інформацію для споживачів щодо харчових продуктів», «Про рекламу» та розділом III цих Гігієнічних вимог.
	3.7. Дані про вміст поживних речовин можуть також наводитись у процентах стосовно рекомендованих (референсних) величин споживання. Проценти від рекомендованих (референсних) величин споживання поживних речовин можуть також наводитись у графічній формі.	3.8. Інформація про вміст вітамінів і мінеральних речовин також зазначається у відсотках стосовно рекомендованих (референсних) величин споживання. Відсотки від рекомендованих (референсних) величин споживання поживних речовин дозволено наводити у графічній формі.
	3.8. Значення поживних речовин, що вказані в пунктах 3.6, 3.7 цього розділу, повинні ґрунтуватися на результатах проведених виробником лабораторних	3.9. Значення поживних речовин, що вказані в пунктах 3.6, 3.8 цього розділу, повинні ґрунтуватися на результатах проведених виробником лабораторних досліджень (випробувань) відповідної дієтичної добавки.

	досліджень (випробувань) відповідної дієтичної добавки.	
	<p style="text-align: right;">Додаток 1 до Гігієнічних вимог до дієтичних добавок (пункт 2.2)</p> <p style="text-align: center;">Вітаміни і мінерали, дозволені до використання у виробництві дієтичних добавок</p> <p>1. Вітаміни</p> <p>Вітамін А (мкг)</p> <p>Вітамін D (мкг)</p> <p>Вітамін Е (мг)</p> <p>....</p> <p>Ніацин (мг)</p> <p>...</p> <p>2. Мінерали</p> <p>...</p>	<p style="text-align: right;">Додаток 1 до Гігієнічних вимог до дієтичних добавок (пункт 2.2 розділу II)</p> <p style="text-align: center;">ВІТАМІНИ І МІНЕРАЛИ, МІНЕРАЛЬНІ РЕЧОВИНИ, дозволені до використання у виробництві дієтичних добавок</p> <p>1. Вітаміни</p> <p>Вітамін А (мкг RE)</p> <p>Вітамін D (мкг)</p> <p>Вітамін Е (мг α-TE)</p> <p>....</p> <p>Ніацин (мг NE)</p> <p>....</p> <p>2. Мінеральні речовини</p> <p>...</p>
	<p style="text-align: right;">Додаток 2 до Гігієнічних вимог до дієтичних добавок (пункт 2.2)</p> <p style="text-align: center;">Форми вітамінів і мінеральних речовин, дозволених до використання у виробництві дієтичних добавок</p> <p>I. Вітаміни:</p> <p>...</p>	<p style="text-align: right;">Додаток 2 до Гігієнічних вимог до дієтичних добавок (пункт 2.2 розділу II)</p> <p style="text-align: center;">ФОРМИ вітамінів і мінеральних речовин, дозволених до використання у виробництві дієтичних добавок</p> <p>I. Вітаміни:</p> <p>...</p>

	<p>2. Вітамін D</p> <p>...</p> <p>підпункт відсутній</p> <p>...</p> <p>7. Ніацин</p> <p>...</p> <p>підпункт відсутній</p> <p>...</p> <p>10. Фолат</p> <p>...</p> <p>підпункт відсутній</p> <p>...</p> <p>II. Мінерали</p> <p>...</p> <p>сульфат кальцію</p> <p>позиція відсутня</p> <p>...</p> <p>хлорид магнію</p> <p>позиція відсутня</p> <p>...</p> <p>ЕДТА заліза-натрію</p>	<p>2. Вітамін D</p> <p>...</p> <p>3) моногідрат кальцидіолу⁸</p> <p>...</p> <p>7. Ніацин</p> <p>...</p> <p>4) нікотинамід рибозид хлорид</p> <p>...</p> <p>10. Фолат</p> <p>...</p> <p>3) (6S) -5-метилтетрагідрофолієва кислота, сіль глюкозаміну</p> <p>...</p> <p>II. Мінеральні речовини</p> <p>...</p> <p>сульфат кальцію</p> <p>кальцій-фосфорил-олігосахариди</p> <p>...</p> <p>хлорид магнію</p> <p>цитрат магнію малат</p> <p>...</p> <p>ЕДТА заліза-натрію</p>
--	---	---

	<p>позиція відсутня</p> <p>позиція відсутня</p> <p>...</p> <p>хлорид хрому (III)</p> <p>позиція відсутня</p> <p>...</p> <p>кремнієва кислота⁶</p> <p>позиція відсутня</p> <p>_____</p> <p>1 Альфа-токоферол <20 %, бета-токоферол <10 %, гамма-токоферол 50 - 70 % і дельта-токоферол 10 - 30 %.</p> <p>...</p> <p>позиція відсутня</p> <p>позиція відсутня</p>	<p>заліза гідроксид адипат тартрат (нано)⁸</p> <p>молочний казеїнат заліза⁸</p> <p>...</p> <p>хлорид хрому (III)</p> <p>збагачені хромом дріжджі⁷</p> <p>...</p> <p>кремнієва кислота⁶</p> <p>органічний кремній (монометилсилантріол)</p> <p>_____</p> <p>⁻¹ Альфа-токоферол < 20 %, бета-токоферол < 10 %, гамма-токоферол 50-70 % і дельта-токоферол 10-30 %.</p> <p>...</p> <p>⁷ Дріжджі, збагачені хромом, вироблені у клітинах дріжджової культури <i>Saccharomyces cerevisiae</i> у присутності хлориду хрому (III) як джерела хрому та містять у висушеній формі, як пропонується кінцевому споживачу, 230–300 мг хрому/кг. Вміст хрому (VI) не повинен перевищувати 0,2 % загального хрому.</p> <p>⁸ Як новітній харчовий продукт.</p>
	<p><i>Додаток 3 відсутній</i></p>	<p>Додаток 3</p> <p>до Гігієнічних вимог до дієтичних добавок</p> <p>(пункт 2.2 розділу II)</p> <p>Інші</p> <p>речовини</p> <p>I. Рослини та гриби, дозволені для використання в дієтичних добавках</p>

		№ з/п	Ботанічна назва (латинською мовою)	Ботанічна родина	Загальноприйнята назва українською мовою	Частина рослини, що використовуються	Біологічно активні речовини	Обмеження (за наявності)
		1.	<i>Abies alba</i> Mill.	Соснов (Pinaceae)	Ялиця біла	бруньки, листя (голки), кора	Похідні терпенів	
		2.	<i>Abies balsamea</i> (L.) Mill.	Соснові (Pinaceae)	Ялиця бальзамічна	листя (голки), кора	Похідні терпенів	
		3.	<i>Abies sibirica</i> Ledeb.	Соснові (Pinaceae)	Ялиця сибірська	листя (голки)	Похідні терпенів	
		4.	<i>Acacia nilotica</i> (L.) Delile	Бобові (Leguminosae)	Нільська акація	плоди, кора, камедь		
		5.	<i>Acacia senegal</i> (L.) Willd.	Бобові (Leguminosae)	Акація сенегальська	стовбур і гілки камеді	Метилевгенол	
		6.	<i>Achillea millefolium</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Деревій звичайний	надземна частина	Туйон (альфа і бета), камфора, евкаліптол	
		7.	<i>Achyranthes bidentata</i> Blume	Амарантові (Amaranthaceae)	Ахірантес, Соломоцвіт двозубий	корені	Стероїдні сапонозиди (екдистерони)	
		8.	<i>Acemella oleracea</i> (L.) R.K. Jansen	Складноцвіті (Compositae)	Акмелла городня	головки квіток, листя		
		9.	<i>Actaea racemosa</i> L.	Жовтецеві (Ranunculaceae)	Воронець гроновидний, клопогон гроновидний	кореневища, корені	Алкалоїди (цитизин, метилцитизин), тритерпенові глікозиди	Дозволені тільки водні і водно-спиртові екстракти з низьким титром (30%). Рекомендована добова порція не повинна призводити до прийому всередину тритерпенових глікозидів (у

							перерахунку на 27- дезоксиактеїн), що перевищує 3 мг
	10.	Actinidia chinensis Planch.	Актиновієві (Actinidiaceae)	Ківі, китайська смородина	плоди		
	11.	Actinidia deliciosa (A.Chev.) C.F.Liang & A.R.Ferguson	Актиновієві (Actinidiaceae)	Актинідія делікатесна	плоди		
	12.	Adansonia digitata L.	Мальвові (Malvaceae)	Баобаб, Мавпячий хліб	сушена м'якоть		
	13.	Adiantum capillus-veneris L.	Адіантові (Adiantaceae)	Адіантум Венерин волос	листя, надземна частина, корені		
	14.	Aesculus hippocastanum L.	Сапіндові (Sapindaceae)	Кінський каштан	насіння, листкові бруньки, кора	Есцин, ескулін	
	15.	Aframomum angustifolium (Sonn.) K.Schum.	Імбирні (Zingiberaceae)	Кардамон вузьколистий	плоди, насіння	1,8-цинеол	
	16.	Agathosma betulina (P.J.Bergius) Pillans	Рутові (Rutaceae)	Бучу гірне	листя		
	17.	Agathosma crenulata (L.) Pillans	Рутові (Rutaceae)	Бучу круглолистий	листя		
	18.	Agathosma serratifolia (Curtis) Spreeth	Рутові (Rutaceae)	Бучу довголистий	листя		
	19.	Agrimonia eupatoria L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Парило звичайне	надземна частина		
	20.	Ajuga reptans L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Горлянка повзуча	надземна частина цвітінні в		
	21.	Albizia julibrissin Durazz.	Бобові (Leguminosae)	Акація шовкова	кора	Тритерпенові сапонозиди	На маркуванні обов'язково має бути попередження

							щодо заборони використання вагітними жінками
		22.	<i>Alchemilla vulgaris</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Манжетка звичайна	надземна частина	
		23.	<i>Alliaria petiolata</i> (M.Bieb.) Cavara & Grande	Капустяні (Brassicaceae)	Гірчиця часникова, Часникова трава	надземна частина	
		24.	<i>Allium ampeloprasum</i> L.	Амарилісові (Amaryllidaceae)	Порей	листя, стебла	
		25.	<i>Allium cepa</i> L.	Амарилісові (Amaryllidaceae)	Цибуля звичайна	цибулини	
		26.	<i>Allium sativum</i> L.	Амарилісові (Amaryllidaceae)	Часник городній	цибулини	
		27.	<i>Allium schoenoprasum</i> L.	Амарилісові (Amaryllidaceae)	Цибуля-трибулька	листя, квітки	
		28.	<i>Allium ursinum</i> L.	Амарилісові (Amaryllidaceae)	Черемша, Часник ведмежий	листя, квітки, цибулини	
		29.	<i>Alnus glutinosa</i> (L.) Gaertn.	Березові (Betulaceae)	Вільха чорна, Вільха клейка, Вільха звичайна	кора, листя, листкові бруньки	
		30.	<i>Aloe ferox</i> Mill.	Спаржеві (Asparagaceae)	Алое ферокс	листя, гель, латекс (сік)	гідроксіантрацени (алоїни)
							Маркування повинно містити попередження про застосування дітьми до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву, що радить не застосовувати

							їх протягом тривалого часу	
		31.	Aloe vera (L.) Burm. f.	Спаржеві (Asparagaceae)	Алое вера	листя, гель, латекс (сік)	гідроксіантрацени (алоїни)	Маркування повинно містити попередження про застосування дітьми до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву, що радить не застосовувати їх протягом тривалого часу
		32.	Aloysia citriodora Palau	Вербенові (Verbenaceae)	Вербена запашна	листя, надземні частини в цвітінні		
		33.	Alpinia galanga (L.) Willd.	Імбирні (Zingiberaceae)	Калган великий	кореневища	метилевгенол	
		34.	Alpinia hainanensis K.Schum.	Імбирні (Zingiberaceae)	Альпінія хайнанська	плоди, кореневища, насіння		
		35.	Alpinia officinarum Hance	Імбирні (Zingiberaceae)	Калган лікарський	кореневища		
		36.	Alpinia oxyphylla Miq.	Імбирні (Zingiberaceae)	Альпінія Оксипілли	плоди		
		37.	Althaea officinalis L.	Мальвові (Malvaceae)	Алтея лікарська	листя, корені, квітки		
		38.	Ammi visnaga (L.) Lam.	Арієєві (Ariaceae)	Амі зубна	плоди	Фурохромон (хеллін, віснагін.)	
		39.	Amorphophallus konjac K.Koch	Ароїдні (Araceae)	Аморфофаллус коньяк	кореневища		

		40.	Ananas comosus (L.) Merrill	Бромелієві (Bromeliaceae)	Ананас кімнатний	плоди, стебла	Бромелайн	
		41.	Andrographis paniculata (Burm. f.) Nees	Акантові (Acanthaceae)	Індійська ехінацея	надземна частина		На маркуванні обов'язково має бути попередження щодо заборону використання вагітними
		42.	Anemarrhena asphodeloides Bunge	Спаржеві (Asparagaceae)	Анемаррена асфodelовида	кореневища	Стероїдні сапонозиди (сарсапогенін)	
		43.	Anethum graveolens L.	Apiaceae (Apiaceae)	Кріп запашний	плоди	Естраголь	
		44.	Angelica archangelica L.	Apiaceae (Apiaceae)	Справжня Анжеліка	листя, плоди, кореневища, корені	Фурукумарини, кумарини	
		45.	Angelica dahurica (Hoffm.) Benth. & Hook.f. ex Franch. & Sav.	Apiaceae (Apiaceae)	Анжеліка дагуріка	корені	Фурукумарини, кумарини	
		46.	Angelica pubescens Maxim.	Apiaceae (Apiaceae)	Анжеліка пубесценсна	корені, кореневища, листя	Фурукумарини	
		47.	Angelica sinensis (Oliv.) Diels	Apiaceae (Apiaceae)	Дудник китайський	корені	Карвакрол, сафрол, ізосафрол, фурукумарини	
		48.	Antennaria dioica (L.) Gaertn.	Складноцвіті (Compositae)	Котяча лапка дводомна	надземна частина		
		49.	Anthriscus cerefolium (L.) Hoffm.	Apiaceae (Apiaceae)	Кервель культивований	надземна частина		
		50.	Anthyllis vulneraria L.	Бобові (Leguminosae)	Заяча конюшина багатоліста	листя, квітки, корені		

		51.	<i>Aphanizomenon flos-aquae</i> Ralfs ex Bornet & Flahault	Ціанобактерії (Cyanobacteria)	Кламатска водоросль AFA	рафти	Мікроцистини, токсини	Препарати цієї рослини дозволені лише в тому випадку, якщо за допомогою аналітичних звітів можна продемонструвати, що вони не містять мікроцистину (< 1 мкг/г) та інших морських токсинів.
		52.	<i>Apium graveolens</i> L.	Аріацеві (Ariaceae)	Дика селера, Болотний біль	плоди, стебла		
		53.	<i>Arachis hypogaea</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Арахіс підземний, арахіс культурний, земляний горіх	насіння		
		54.	<i>Aralia elata</i> (Miq.) Seem.	Аралієві (Araliaceae)	Аралія висока	Кора коренів	Тритерпенові сапонозиди	
		55.	<i>Arctium lappa</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Лопух великий	всі частини		
		56.	<i>Arctium minus</i> (Hill) Bernh.	Складноцвіті (Compositae)	Лопух малий	корені, насіння, молоде листя, стебла		
		57.	<i>Argania spinosa</i> (L.) Skeels	Сапотасні (Sapotaceae)	Арганія	олія з плодів		
		58.	<i>Armoracia rusticana</i> P. Gaertn., B. Mey. et Scherb	Капустяні (Brassicaceae)	Хрін	корені		
		59.	<i>Artemisia dracunculus</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Естрагон, полин-естрагон, тархун	надземна частина	Метилхальвікол	

		60.	<i>Artemisia vulgaris</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Полин звичайний	листя, квітки, стебла	Туйони, евкаліптол, камфора	Ефірна олія цієї рослини знаходиться під заборонаю
		61.	<i>Ascophyllum nodosum</i> (L.) Le Jolis	Фукусові (Fucaceae)	Аскофіллум вузлуватий	всі частини		
		62.	<i>Aspalathus linearis</i> (Burm. f.) R. Dahlgren	Бобові (Leguminosae)	Аспалатус, чай ройбуш, червоний чай	надземна частина		
		63.	<i>Asparagus cochinchinensis</i> (Lour.) Merr.	Спаржеві (Asparagaceae)	Китайська спаржа	бульби		
		64.	<i>Asparagus officinalis</i> L.	Спаржеві (Asparagaceae)	Спаржа лікарська	кореневища, корені, пагони		
		65.	<i>Astragalus membranaceus</i> Moench	Бобові (Leguminosae)	Астрагал перепончатий	корені		
		66.	<i>Avena sativa</i> L.	Злакові (Poaceae)	Овес культурний	зерно		
		67.	<i>Baccharis genistelloides</i> subsp. <i>crispa</i> (Spreng.) Joch.Müll.	Складноцвіті (Compositae)	Бакхаріс	всі частини		
		68.	<i>Bacopa monnieri</i> (L.) Wettst.	Подорожникові (Plantaginaceae)	Бакопа Монье, Брахмі	всі частини		
		69.	<i>Ballota nigra</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	М'яточник чорний	надземна частина в цвітінні	Похідні фурану лабданінового	
		70.	<i>Bambusa bambos</i> (L.) Voss	Злакові (Poaceae)	Бамбук індійський колючий	ексудат		
		71.	<i>Bellis perennis</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Стокротки багаторічні	суцвіття		

		72.	Beta vulgaris L.	Амарантові (Amaranthaceae)	Буряк столовий	корені		
		73.	Betula alleghaniensis Britton	Березові (Betulaceae)	Береза жовта	кора, листя	Метилсаліцил ат	Маркування повинно містити застереження щодо використання особами, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		74.	Betula pendula Roth	Березові (Betulaceae)	Береза бородавчаста, Береза біла	листя, кора, бруньки, сік	Метилсаліцил ат	Маркування повинно містити застереження щодо використання особами, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		75.	Betula pubescens Ehrh.	Березові (Betulaceae)	Береза пухнаста	листя, квітки, бруньки, кора	Метилсаліцил ат	Маркування повинно містити застереження щодо використання особами, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		76.	Bixa orellana L.	Біксові (Bixaceae)	Бікса анатова	плоди		
		77.	Borago officinalis L.	Шорстколистяі (Boraginaceae)	Огірочник лікарський	насіння, квіти, олія	Піролізидинов і алкалоїди (за винятком нафти)	Препарати цієї рослини дозволені, якщо можна продемонструва

							ти, що вони не перевищують 1 ppm піролізидинових алкалоїдів	
		78.	Boswellia serrata Roxb. ex Colebr.	Бурсерові (Burseraceae)	Босвелія пильчата	камідь смоли	Босвелієві кислоти	
		79.	Brassica napus subsp. Napus	Капустяні (Brassicaceae)	Ріпак	насіння, листя		
		80.	Brassica nigra (L.) K.Koch	Капустяні (Brassicaceae)	Гірчиця чорна	листя, насіння, стебла	Синігрозид, алілізотіюціанат	Ефірна олія цієї рослини знаходиться під заборonoю
		81.	Brassica oleracea L.	Капустяні (Brassicaceae)	Капуста	насіння, листя	Гойтрин, прогойтрин	Маркування повинно містити попередження, яке рекомендує людям з гіпотиреозом або лікуванням щитовидної залози проконсультуватися з лікарем
		82.	Brassica rapa L.	Капустяні (Brassicaceae)	Ріпа	насіння		
		83.	Brassica rapa subsp. rapa	Капустяні (Brassicaceae)	Ріпа овочева	бульби		
		84.	Bupleurum chinense DC.	Окружкові (Apiaceae)	Володушка китайська	корені		
		85.	Calendula officinalis L.	Складноцвіті (Compositae)	Календула лікарська	суцвіття		
		86.	Calluna vulgaris (L.) Hull	Вересові (Ericaceae)	Верес звичайний	квітконосні стебла		
		87.	Camellia sinensis (L.) Kuntze	Тесві (Theaceae)	Чай китайський	листя	Похідні ксантину (кофеїн,	Дозволяється використовувати тільки

							теофілін), катехіни (включаючи епігаллокатіне галлат (EGCG)), теанін	порошок, отриманий в результаті подрібнення листя, і препарати, отримані з наступних розчинників: вода, 25% спирт (об/об), а також розчинники, дозволені для зняття кофеїнізації або видалення дратівливих і гірких речовин. Рекомендації щодо застосування не повинні призводити до добового прийому EGCG більше 300 мг. Маркування повинно містити застереження, що радять не приймати їх поза їжею, а також споживати дітям, підліткам, вагітним або годуючим жінкам
		88.	Capsella bursa-pastoris (L.) Medik.	Капустяні (Brassicaceae)	Грицики звичайні	надземна частина		

		89.	Capsicum annuum L.	Пасльонові (Solanaceae)	Перець чилі	плоди	Капсаїцин	
		90.	Carex arenaria L.	Осокові (Cyperaceae)	Осока піщана	кореневища		
		91.	Carica papaya L.	Карікові (Caricaceae)	Дерево папайї	плоди		
		92.	Carlina acaulis L.	Складноцвіті (Compositae)	Колочник безстебельний	корені		
		93.	Carpinus betulus L.	Березові (Betulaceae)	Граб звичайний	листя, листкові бруньки		
		94.	Carthamus tinctorius L.	Складноцвіті (Compositae)	Сафлор фарбувальний	олія з насіння		
		95.	Carum carvi L.	Окружкові (Apiaceae)	Кмин луговий	плоди	Карвон	
		96.	Cassia fistula L.	Бобові (Fabaceae)	Кассія фістула	плоди, листя	Гідроксіантрацени	Маркування повинно містити попередження щодо використання дітьми віком до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		97.	Castanea sativa Mill.	Букові (Fagaceae)	Каштан посівний	листові бруньки, листя, квітки, стебла, насіння, кора		
		98.	Centaurea centaurium L.	Складноцвіті (Compositae)	Волошка велика	квітки		

	99.	<i>Centaurea cyanus</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Волошка польова	квітки		
	100.	<i>Centaurium erythraea</i> Rafn	Тирличеві (Gentianaceae)	Еритрея мала, рябчик	надземна частина		
	101.	<i>Centella asiatica</i> (L.) Urb.	Окружкові (Apiaceae)	Центелла азіатська	надземна частина		
	102.	<i>Cerasus vulgaris</i> Mill.	Розоцвіті (Rosaceae)	Вишня, Вишневе дерево	плоди, стебла, листя, кора		
	103.	<i>Ceratonía siliqua</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Ріжкове дерево	плоди, камедь, насіння		
	104.	<i>Chaenomeles speciosa</i> (Sweet) Nakai	Розоцвіті (Rosaceae)	Японська айва пишна	плоди	Ціаногенні глікозиди	
	105.	<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All.	Складноцвіті (Compositae)	Римська ромашка	квітки		
	106.	<i>Chondrus crispus</i> Stack.	Хлорелові (Chlorellaceae)	Хлорела звичайна	всі частини		
	107.	<i>Chrysanthellum indicum</i> subsp. <i>afroamericanum</i> B.L.Turner	Чевоні водорості (Gigartinaceae)	Мох ірландський	всі частини		
	108.	<i>Chrysanthellum indicum</i> subsp. <i>afroamericanum</i> B.L.Turner	Складноцвіті (Compositae)	Ромашка золота	надземна частина		
	109.	<i>Cichorium intybus</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Цикорій звичайний, Петрові батоги	квітки, листя, корені		
	110.	<i>Cinchona pubescens</i> Vahl	Рубієві (Rubiaceae)	Хінне дерево	Кора	Хінолінові алкалоїди (хінін, хінідин, цинхонін, цинхонидин)	
	111.	<i>Cinnamomum camphora</i> (L.) J. Presl	Лаврові (Lauraceae)	Лавр японський	кора, листя, гілки, деревина	Камфора, евкаліптол, сафрол	

		112.	<i>Cinnamomum cassia</i> (Nees & T.Nees) J.Presl	Лаврові (Lauraceae)	Китайське коричне дерево	кора, листя, гілки	Кумарин, естрагол	
		113.	<i>Cinnamomum verum</i> J. Presl	Лаврові (Lauraceae)	Коричне дерево, цейлонське коричне дерево	кора, листя	Метилейгенол, естрагол, кумарин, евкаліптол	
		114.	<i>Cistanche salsa</i> (C.A. Mey.) G. Beck	Оробанчасві (Orobanchaceae)	Цистанхе	всі частини		
		115.	<i>Cistus</i> × <i>incanus</i> L.	Цистаєві (Cistaceae)	Камідь Рокшина	надземна частина		
		116.	<i>Citrus aurantium</i> L.	Рутові (Rutaceae)	Апельсин гіркий	листя, квітки, плоди, околоплодник (кора або цедра)	Фуурокумарини, п-синефрин, октопамін	Кількість р-синефрину повинна бути менше 20 мг на рекомендовану добову дозу. Маркування повинно містити попередження про відмову від використання дітьми, вагітними або жінками, які годують груддю, а також у разі антигіпертензивного лікування. Кофеїн та його джерела заборонені в дієтичних добавках, що містять <i>Citrus aurantium</i> L.

		117.	Citrus limon (L.) Burm. f.	Рутові (Rutaceae)	Лимонне дерево, Лимон	листя, квітки, оплодник (кора або цедра)	Фурукумарини	
		118.	Citrus maxima (Burm.) Osbeck	Рутові (Rutaceae)	Помело	плоди, насіння		
		119.	Citrus medica L.	Рутові (Rutaceae)	Цитрон	плоди, насіння, околоплодник (кора або цедра)		
		120.	Citrus myrtifolia Raf.	Рутові (Rutaceae)	Померанець миртолистяний	плоди		
		121.	Citrus paradisi Macfad.	Рутові (Rutaceae)	Грейпфрут	плоди, насіння, оплодники (кора або цедра)	Фурукумарини	
		122.	Citrus reticulata Blanco	Рутові (Rutaceae)	Мандарин	оплодники (кора або цедра)	Фурукумарини	
		123.	Citrus sinensis (L.) Osbeck	Рутові (Rutaceae)	Апельсинове дерево	квітки, оплодники (кора або цедра)		
		124.	Clinopodium vulgare L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Клінопод, Клінопод звичайний, Чабер звичайний	надземна частина		
		125.	Cnicus benedictus L.	Складноцвіті (Compositae)	Хрестовий корінь лікарський	всі частини		
		126.	Cochlearia officinalis L.	Капустяні (Brassicaceae)	Кохлеар лікарський, Кренсон	листя		
		127.	Cocos nucifera L.	Арекові (Arecaceae)	Кокосова пальма	плоди		
		128.	Codonopsis pilosula (Franch.) Nannf.	Кампанулеві (Campanulaceae)	Кодонопис дрібноворсистий	корені	Алкалоїди	
		129.	Coffea arabica L.	Рубієві (Rubiaceae)	Кава аравійська	насіння	Кофеїн	

		130.	<i>Coffea canephora</i> Pierre ex A.Froehner	Рубієві (Rubiaceae)	Кава робуста	насіння	Кофеїн	
		131.	<i>Coix lacryma-jobi</i> var. <i>ma-yuen</i> (Rom.Caill.) Stapf	Злакові (Poaceae)	Бусеник звичайний	насіння		
		132.	<i>Cola acuminata</i> (P.Beauv.) Schott et Endl.	Мальвові (Malvaceae)	Кола загострена	насіння	Кофеїн, теобромін	
		133.	<i>Cola ballayi</i> Cornu ex Heckel	Мальвові (Malvaceae)	Дерево коли	насіння	Кофеїн	
		134.	<i>Cola nitida</i> (Vent.) Schott et Endl.	Мальвові (Malvaceae)	Кола блискуча	насіння	Кофеїн	
		135.	<i>Combretum</i> <i>micranthum</i> G.Don	Гребінчасті (Combretaceae)	Комбретум мілкоквітко вий	листя	Піридинові алкалоїди (комбретин)	
		136.	<i>Conyza canadensis</i> (L.) Cronquist	Складноцвіті (Compositae)	Канадське блошине дерево	молоді листя		
		137.	<i>Coriandrum sativum</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Коріандр, Кінза	листя, плоди, насіння	Камфора	
		138.	<i>Cornus officinalis</i> Siebold & Zucc.	Кизиліві (Cornaceae)	Кизил лікарський	плоди		
		139.	<i>Corylus avellana</i> L.	Березові (Betulaceae)	Ліщина звичайна	листя, бутони		
		140.	<i>Corymbia citriodora</i> (Hook.) K.D.Hill & L.A.S. Johnson	Миртові (Myrtaceae)	Лимонний евкаліпт	листя		
		141.	<i>Crataegus laevigata</i> (Poir.) DC.	Розоцвіті (Rosaceae)	Глід звичайний	плоди, листя, листякові бруньки, квітуча верхівка	Флавоноїди, проантоціанід оли	
		142.	<i>Crataegus</i> <i>monogyna</i> Jacq.	Розоцвіті (Rosaceae)	Глід одноматочковий	плоди, листя, квітуча верхівка	Флавоноїди, проантоціанід оли	

		143.	<i>Crithmum maritimum</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Критмій морський	листя		
		144.	<i>Crocus sativus</i> L.	Іридові (Iridaceae)	Шафран посівний	стигми		
		145.	<i>Cucumis melo</i> L.	Гарбузові (Cucurbitaceae)	Диня посівна, диня звичайна	плоди		
		146.	<i>Cucurbita pepo</i> L.	Гарбузові (Cucurbitaceae)	Гарбуз звичайний	насіння	Терациклічні тритерпени (кукурбітацини)	
		147.	<i>Cuminum cyminum</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Кмин лікарський	насіння	Естрагол, евкаліптол	
		148.	<i>Cupressus sempervirens</i> L.	Кипарисові (Cupressaceae)	Кипарис вічнозелений	стебла, жіночі шишки	Терпени, тимол	
		149.	<i>Cuscuta chinensis</i> Lam.	Вьюнкові (Convolvulaceae)	Повитиця китайська	насіння		
		150.	<i>Cyamopsis tetragonoloba</i> (L.) Taub.	Бобові (Leguminosae)	Гуаровий біб	камедь з насіння		
		151.	<i>Cyathula officinalis</i> K.C.Kuan	Амарантові (Amaranthaceae)	Чіатула лікарська	корені		На маркуванні обов'язково має бути попередження щодо заборону використання вагітними
		152.	<i>Cyclanthera pedata</i> (L.) Schrad.	Гарбузові (Cucurbitaceae)	Циклантера пальчастая	плоди, листя	Кукурбітацини	
		153.	<i>Cydonia oblonga</i> Mill.	Розоцвіті (Rosaceae)	Айва звичайна	плоди, насіння		
		154.	<i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf	Злакові (Poaceae)	Човноборідник лимонний	надземна частина	Метилевгенол	

		155.	Cymbopogon martini (Roxb.) W.Watson	Злакові (Poaceae)	Пальмароза, пальмова торянда	надземна частина		
		156.	Cymbopogon nardus (L.) Rendle	Злакові (Poaceae)	Цитронелла цейлонська	надземна частина		
		157.	Cymbopogon winterianus Jowitt ex Bor	Злакові (Poaceae)	Лимонник яванський	надземна частина		
		158.	Cynara cardunculus L.	Складноцвіті (Compositae)	Артишок іспанський	листя, корені		
		159.	Cynara cardunculus subsp. flavescens Wiklund	Складноцвіті (Compositae)	Артишок садовий	листя, головки квіток		
		160.	Cyperus rotundus L.	Кіперові (Cyperaceae)	Сить кругла	кореневища, бульби		Маркування повинно містити застереження щодо використання вагітними та жінками, які годують груддю
		161.	Dendranthema grandiflorum (Ramat.) Kitam.	Складноцвіті (Compositae)	Дендрантема крупноквітова	квітки, листя		
		162.	Dimocarpus longan Lour.	Сапіндові (Sapindaceae)	Лонган	плоди, квіти		
		163.	Dioscorea oppositifolia L.	Діоскорейні (Dioscoreaceae)	Ямс китайський	кореневища, бульби	Піролідинові алкалоїди та їх похідні (діоскорін), стероїдні сапоніни (діосцин, діосгенін), оксалат кальцію рафіди	Рослинна сировина повинна проходити традиційні етапи очищення, миття та термічної обробки. Відсутність алкалоїдів і

							ціаногенних сполук має бути продемонстровано протоколами випробувань	
		164.	Dioscorea villosa L.	Діоскорейні (Dioscoreaceae)	Діоскорей мохната	висушене кореневища, бульби	Піролідінові алкалоїди та їх похідні (діоскорін), стероїдні сапоніни (діосцин, діосгенін)	Рослинна сировина повинна проходити традиційні етапи очищення, миття та термічної обробки. Відсутність алкалоїдів і ціаногенних сполук має бути продемонстровано протоколами випробувань
		165.	Diospyros khaki Thunb.	Ебенові (Ebenaceae)	Хурма східна	листя, насіння		
		166.	Dunaliella salina (Dunal) Teodoresco	Дуналієллові (Dunaliellaceae)	Дуналієлла солонowodна	всі частини		
		167.	Echinacea angustifolia DC.	Складноцвітні (Compositae)	Ехінацея вузьколиста	підземні частини	Ехінакозиди, цинарин, цикхорова кислота	
		168.	Echinacea pallida (Nutt.) Nutt.	Складноцвітні (Compositae)	Ехінацея бліда	підземні частини	Ехінакозиди, цикхорова кислота	
		169.	Echinacea purpurea (L.) Moench	Складноцвітні (Compositae)	Ехінацея пурпурова	вся рослина	Цихорова кислота	

		170.	<i>Elaeagnus rhamnoides</i> (L.) A.Nelson	Елеагнові (Elaeagnaceae)	Маслінка, лох	плоди		
		171.	<i>Elettaria cardamomum</i> (L.) Maton.	Імбирні (Zingiberaceae)	Кардамон справжній, Елетарія кардамон	плоди, насіння	Метилеугенол, евкалиптол	
		172.	<i>Eleutherococcus senticosus</i> (Rupr. et Maxim.) Maxim	Аралієві (Araliaceae)	Елеутерокок, сибірський женьшень	підземні частини		
		173.	<i>Elymus repens</i> (L.) Gould	Злакові (Poaceae)	Кряква, Крякса повзуча (мала)	кореневища	Карвакрол	
		174.	<i>Epilobium angustifolium</i> L.	Кипрейні (Onagraceae)	Зніт вузьколистий	надземна частина		
		175.	<i>Epilobium parviflorum</i> Schreb.	Кипрейні (Onagraceae)	Зніт дрібноцвітий	надземна частина		
		176.	<i>Equisetum arvense</i> L.	Рівноцінні (Equisetaceae)	Хвощ польовий	надземна частина		
		177.	<i>Erica cinerea</i> L.	Вересовіті (Ericales)	Ерика сиза	квітки, квітуча верхівка		
		178.	<i>Erica tetralix</i> L.	Вересовіті (Ericales)	Ерика чотирикутна	квітки		
		179.	<i>Eriobotrya japonica</i> (Thunb.) Lindl.	Розовіті (Rosaceae)	Японська мушмула	листя, квітки, плоди	Ціаногенні глікозиди	
		180.	<i>Eriodictyon californicum</i> (Hook. & Arn.) Decne.	Шорстколистяі (Boraginaceae)	Ериодиктйон каліфорнійський	надземна частина		
		181.	<i>Erodium cicutarium</i> (L.) L'Hér.	Геранієві (Geraniaceae)	Грабельки звичайні	всі частини		
		182.	<i>Eryngium campestre</i> L.	Окружкові (Ariaceae)	Миколайчики польові	корені, молоді листя, молоді пагони	Фурукумарини	
		183.	<i>Eschscholzia californica</i> Cham.	Макові (Papaveraceae)	Ешольція каліфорнійська	надземна частина	Ізохінолінові алкалоїди (каліфорнідин)	

		184.	<i>Eucalyptus dives</i> Schauer	Миртові (Myrtaceae)	Евкаліпт ментоловий	пагони	Піперитон	
		185.	<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	Миртові (Myrtaceae)	Евкаліпт кулястий	листя	Евкаліптол	
		186.	<i>Eucalyptus radiata</i> A.Cunn. ex DC.	Миртові (Myrtaceae)	Евкаліпт променистий	листя	Евкаліптол	
		187.	<i>Eucalyptus smithii</i> F.Muell. ex R.T.Baker	Миртові (Myrtaceae)	Евкаліпт Сміта	листя	Евкаліптол	
		188.	<i>Eucommia ulmoides</i> Oliv.	Евкоммієві (Eucommiaceae)	Евкомія в'язолиста	кора		
		189.	<i>Eugenia uniflora</i> L.	Миртові (Myrtaceae)	Евгенія одноквіткова	плоди, листя		
		190.	<i>Euphrasia stricta</i> D. Wolff ex J.F. Lehm.	Оробанчасві (Orobanchaceae)	Очанка випрямлена	всі частини		
		191.	<i>Euterpe oleracea</i> Mart.	Арекові (Arecaceae)	Асаї, евтерпа овочева	плоди		
		192.	<i>Fagopyrum</i> <i>esculentum</i> Moench	Гречичні (Polygonaceae)	Гречка звичайна	листя, квітуча верхівка		
		193.	<i>Fallopia japonica</i> (Houtt.) Ronse Decr.	Гречичні (Polygonaceae)	Спориш японський, Рейнуртія японська	корені, листя, саджанець, стебла, насіння		
		194.	<i>Ferula assa-foetida</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Ферула вонюча	камедь смоли	Сесквітерпенові кумарини	
		195.	<i>Ficus carica</i> L.	Тутові (Moraceae)	Фігове дерево, інжир	неправжні плоди, листя, бутони, стебла	Фурукумарини	
		196.	<i>Filipendula ulmaria</i> (L.) Maxim.	Розоцвіті (Rosaceae)	Таволга в'язолиста	квітки, квітуча верхівка	Похідні саліцилатів	Маркування повинно містити попередження про відмову від використання людьми, які страждають на

								алергію на саліцильовані похідні
		197.	Foeniculum vulgare Mill.	Окружкові (Apiaceae)	Фенхель звичайний	надземна частина	Естрагол, фенчона	Рекомендована добова порція не повинна призводити до прийому естраголу всередину більше 0,05 мг/кг маси тіла для дітей віком до 12 років
		198.	Forsythia suspensa (Thunb.)	Олійні (Oleaceae)	Форзиція звисаюча, жовтодзвін	плоди, листя, корені		
		199.	Fragaria vesca L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Суниця лісова	листя		
		200.	Frangula dodonei Ard.	Жостерові (Rhamnaceae)	Крушина ламка	кора	похідні гідроксіантрацену	Маркування повинно містити попередження про застосування дітьми до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		201.	Frangula purshiana Cooper	Жостерові (Rhamnaceae)	Крушина Пурша	кора	похідні гідроксіантрацену	Маркування повинно містити попередження про застосування дітьми до 12

							років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		202.	Fraxinus excelsior L.	Олійні (Oleaceae)	Ясен звичайний	кора, листя, листкові бруньки, насіння	
		203.	Fraxinus ornus L.	Олійні (Oleaceae)	Ясен білоцвітий	ексудат кори	
		204.	Fucus serratus L.	Фукусові (Fucaceae)	Ламінарія зубчаста	всі частини	
		205.	Fucus vesiculosus L.	Фукусові (Fucaceae)	Фукус, Ламінарія пухирчаста	всі частини	
		206.	Fumaria officinalis L.	Макові (Papaveraceae)	Рутка лікарська	надземна частина	
		207.	Galeopsis segetum Neck.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Пікульник посівний	надземна частина в цвітінні	
		208.	Galium odoratum (L.) Scop.	Рубієві (Rubiaceae)	Підмаренник запашний	надземна частина	кумарини
		209.	Galium verum L.	Рубієві (Rubiaceae)	Підмаренник справжній	всі частини	
		210.	Ganoderma lucidum	Ганодермові (Ganodermataceae)	рейші, трутовик лакований, ганодерма блискуча	міцелії, примордії, плодові тіла, позаклітинні сполуки	Полісахариди, бета-глюкани, маннога лактофукан, манноксилглюкан, ксилглюкан
		211.	Gardenia jasminoides J. Ellis.	Рубієві (Rubiaceae)	Гарденія жасміноподібна	плоди, квіти, кора, насіння	Не рекомендується вагітним і годуючим жінкам

		212.	Gastrodia elata Blume	Орхідейні (Orchidaceae)	Гастродія висока	надземні частини, кореневища		
		213.	Gelidium corneum (Hudson) J.V.Lamouroux	Галидієві (Gelidiaceae)	Галідій	агар із слані		
		214.	Gentiana lutea L.	Геранієві (Geraniaceae)	Тирлич великий, Тирлич жовтий	корені, кореневища	метилевгенол	
		215.	Geranium robertianum L.	Геранієві (Geraniaceae)	Герань Роберта	надземна частина		
		216.	Geum urbanum L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Гребінник звичайний	всі частини		
		217.	Ginkgo biloba L.	Гінкогавідні (Ginkgoaceae)	Гінкго білоба	листя, підсмажене насіння	гінкголева кислота, терпенові лактони, флавонолгліко зиди	Маркування харчових добавок, які містять листя рослини Ginkgo biloba L., повинно включати попередження щодо необхідності проконсультуй теся з лікарем, якщо ви приймаєте антикоагулянт и одночасно
		218.	Glycine max. (L.) Merr.	Бобові (Leguminosae)	Соя звичайна	паростки насіння		Рекомендована добова порція не повинна призводити до прийому ізофлавонів всередину, що перевищує 1 мг/кг маси тіла (виражається у вигляді аглікону

								основного компонента). Маркування повинно містити застереження щодо застосування жінкам з особистим або сімейним анамнезом раку молочної залози
		219.	Glycyrrhiza glabra L.	Бобові (Leguminosae)	Солодкий корінь голий, солодець голий, вербець, солодка, солодкий корінь, солодич, локриця	корені, кореневища, столон	сапоніни, тритерпени (гліциризинов а кислота та інші)	Рекомендована добова порція не повинна призводити до прийому в організм гліциризинової кислоти більше 100 мг. Маркування повинно містити попередження з таким змістом: «Не використовувати більше 6 тижнів без консультації лікаря». Маркування повинно містити попередження про неприпустимість використання дітьми

		220.	<i>Glycyrrhiza uralensis</i> Fisch.	Бобові (Leguminosae)	Солодка уральська	корені, кореневища, столон	сапоніни, тритерпени (гліциризинов а кислота та інші)	Рекомендована добова порція не повинна приводити до прийому в організм гліциризинової кислоти більше 100 мг. Маркування повинно містити попередження з таким змістом: «Не використовува ти більше 6 тижнів без консультації лікаря». Маркування повинно містити попередження про неприпустиміс ть використання дітьми
		221.	<i>Gracilaria gracilis</i> (Stackhouse) M. Steentoft, L.M. Irvine & W.F. Farnham	Грацилярні (Gracilariaceae)	Глацилярія	всі частини		
		222.	<i>Grifola frondosa</i>	Мерипілові (Meripilaceae)	Грифола кучерявенька (Маїтаке), грифола листувата, гриб- баран, бараняча голова	плодові тіла	Полісахариди, бета- глюканами	Не рекомендуєтьс я вагітним і годуєчим жінкам
		223.	<i>Grindelia camporum</i> Greene	Складноцвіті (Compositae)	Гринделія	надземна частина		

		224.	Grindelia robusta Nutt.	Складноцвіті (Compositae)	Ґринделія робуста	надземна частина		
		225.	Grindelia squarrosa (Pursh) Dunal	Складноцвіті (Compositae)	Ґринделія розщиплена	надземна частина		
		226.	Haematococcus pluvialis Flotow	Haematococceae	Гематококк дощовий	всі частини		
		227.	Hamamelis virginiana L.	Гамамелідові (Hamamelidaceae)	Гамамеліс вірджинський	листя, кора	метилевгенол	
		228.	Harpagophytum procumbens (Burch.) DC.	Pedaliacea	Кіготь диявола	підземні частини	іридоїдні	
		229.	Harpagophytum zeyheri Decne.	Pedaliacea	Гарпагофітон	підземні частини	іридоїдні	
		230.	Hedeoma pulegioides (L.) Pers.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Гедеома	надземна частина	пулегон, ментофуран, евкаліптол	
		231.	Helianthus annuus L.	Складноцвіті (Compositae)	Соняшник звичайний	листя, квітки, квітуча верхівка		
		232.	Helianthus tuberosus L.	Складноцвіті (Compositae)	Топінамбур, Соняшник бульбистий	бульби		
		233.	Helichrysum arenarium (L.) Moench	Складноцвіті (Compositae)	Цмин пісковий	квітки	азарон, карвон, евгенол	Вміст азарону не повинен перевищувати 2 мкг/кг/добу
		234.	Helichrysum stoechas (L.)	Складноцвіті (Compositae)	Цмин стехадський	квітуча верхівка		
		235.	Herniaria glabra L.	Saryophyllaceae	Остудник голий	надземна частина	кумарини	
		236.	Hibiscus sabdariffa L.	Мальвові (Malvaceae)	Ґібіскус сабдарифа	листя, квітки (включаючи чашечку, чашечку), насіння, стебла		

		237.	Himantalia elongata (L.)	Himantaliaceae	Хімантилія подовжена	всі частини		
		238.	Himantalia elongata (L.) S.F. Gray	Складноцвіті (Compositae)	Нечуйвітер звичайний	всі частини		
		239.	Hordeum vulgare L.	Злакові (Poaceae)	Ячмінь звичайний	зародки насіння, корені		
		240.	Houttuynia cordata Thunb.	Саврурові (Saururaceae)	Хауттуйня серцевидна	листя, стебла, корені, плоди	піридинові алкалоїди	
		241.	Huperzia serrata (Thunb.) Rothm.	Плаунчасті (Lycopodiaceae)	Баранець пильчастий	надземна частина	алкалоїди (хінолізидин, піридінова та інші)	
		242.	Hyssopus officinalis L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Гісоп лікарський	надземна частина	естрагол, метилеєвгенол, евкаліптол, карвакрол, гуджони	Ефірна олія цієї рослини під заборонаю
		243.	Plex paraguariensis A. St.-Hil.	Аквифолієві (Aquifoliaceae)	Падуб парагвайський	листя	кофеїн, теобромін, теофілін	
		244.	Illicium verum Hook.f.	Лимоникові (Schisandraceae)	Бодян справжній	плоди	анетол, лімонин, цинеол, терпенеол, пінен, феландрін	
		245.	Impatiens balsamina L.	Бальзамінові (Balsaminaceae)	Бальзамін садовий	листя, насіння, стебла		
		246.	Inula britannica L.	Складноцвіті (Compositae)	Оман британський	листя, квітки		
		247.	Inula helenium L.	Складноцвіті (Compositae)	Оман високий	корені, кореневища		
		248.	Jasminum grandiflorum L.	Олійні (Oleaceae)	Жасмін крупноцвітковий	квітки		

		249.	<i>Jasminum officinale</i> L.	Олійні (Oleaceae)	Жасмін білий	квітки		
		250.	<i>Juniperus communis</i> L.	Cupressaceae	Ялівець звичайний	хибні плоди, жіночі шишки, корені, деревина, смола, молоді пагони		Маркування повинно містити попередження, яке рекомендує не використовувати у випадках ниркової недостатності, та попередження, яке рекомендує не використовувати протягом тривалого часу (максимум 6 тижнів)
		251.	<i>Justicia adhatoda</i> L.	Акантові (Acanthaceae)	Юстиція адатода	листя, квітки, кора, корені	алкалоїди хіназоліну (вазицин)	Маркування повинно містити застереження щодо використання препарату вагітними
		252.	<i>Kavalama urens</i> (Roxb.) Raf.	Мальвові (Malvaceae)	Кавалама уренс	камедь, ексудат кори		
		253.	<i>Krameria lappacea</i> (Dombey) Burdet & B.B. Simpson	Крамерія (Krameria)	Крамерія лаппакєя	корені		
		254.	<i>Lagerstroemia speciosa</i> (L.) Pers.	Дербенникові (Lythraceae)	Лагерстремія, індійський бузок, креповий мирт	листя		
		255.	<i>Laminaria digitata</i> (Hudson) J.V.Lamouroux	Лармінарієві (Laminariaceae)	Ламінарія пальчаста	всі частини		

		256.	<i>Laminaria hyperborea</i> (Gunnerus) Foslie	Лармінарієві (Laminariaceae)	Ламінарія північна	всі частини		
		257.	<i>Lamium album</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Яснотка біла	очищений віночок, квітуча верхівка, листя		
		258.	<i>Larix decidua</i> Mill.	Соснові (Pinaceae)	Модрина європейська	кора, стовбур, бруньки, голки		
		259.	<i>Larix occidentalis</i> Nutt.	Соснові (Pinaceae)	Модрина західна	плоди, деревина, корені, квітки		
		260.	<i>Laurus nobilis</i> L.	Лаврові (Lauraceae)	Лавр благородний	листя, плоди	метилеугенол, евкаліптол	
		261.	<i>Lavandula angustifolia</i> Mill.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Лаванда вузьколиста	квітки, квітуча верхівка	туйони, евкаліптол, камфора	
		262.	<i>Lavandula latifolia</i> Medik	Губоцвіті (Lamiaceae)	Лаванда широколиста	листя, квітки, квітуча верхівка	евкаліптол, камфора	
		263.	<i>Lentinula edodes</i>	Негниючників (Marasmiaceae)	Шіітаке	плодові тіла	полісахаридами, зокрема лентинаном,	Не рекомендується вагітним і годуючим жінкам
		264.	<i>Leonurus cardiaca</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Пустирник серцевий	надземна частина	алкалоїди (леонурин)	Маркування повинно містити застереження щодо використання препарату вагітними
		265.	<i>Lepidium meyenii</i> Walp.	Капустяні (Brassicaceae)	Мака перуанська	бульби	імідазольні алкалоїди (лепіділін А, В та С), макаридин, похідні	Відсутність алкалоїдів має бути продемонстрована звітами аналізу

						метилтетрагід рокарболіну	
		266.	<i>Lepidium sativum</i> L.	Капустяні (Brassicaceae)	Хрiниця сiйна, хрiнниця посiвна, крес-салат, хрiниця жерюха	корені, насіння	
		267.	<i>Lespedeza capitata</i> Michx.	Бобові (Leguminosae)	Леспедеза головчаста	листя, корені	
		268.	<i>Levisticum officinale</i> W.D.J. Koch	Окружкові (Apiaceae)	Любисток лікарський	всі частини	кумарини, фурукумарини, карвакрол, туйони, естрагол
		269.	<i>Lindera aggregata</i> (Sims) Kosterm.	Лаврові (Lauraceae)	Лiндера агрегата	корені, кореневища	алкалоїди (болдин, лауротетанін)
		270.	<i>Linum usitatissimum</i> L.	Льнові (Linaceae)	Льон звичайний	насіння, олія з насіння	ціаногенні глікозиди, лігнани
							Маркування повинно містити попередження про небезпеку використання препарату жінкам з особистим або сімейним анамнезом раку молочної залози
		271.	<i>Liquidambar styraciflua</i> L.	Алтигiєві (Altingiaceae)	Амброве дерево американське	корок, смола	
		272.	<i>Lotus corniculatus</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Ледвенець рогатий	квітуча надземна частина, молоді плоди, корені	Ціаногенні глікозиди
		273.	<i>Lycium barbarum</i> L.	Пасльонові (Solanaceae)	Повій звичайний	ягоди	тропанові алкалоїди (атропін, гіосціамін)

		274.	<i>Lycium chinense</i> Mill.	Пасльонові (Solanaceae)	Повій китайський	ягоди	тропанові алкалоїди (атропін, гіосціамін)	
		275.	<i>Lycopodium clavatum</i> L.	Плаунові (Lycopodiaceae)	Плаун звичайний, Плаун булавовидний	всі частини	алкалоїди (включаючи лікоподин)	
		276.	<i>Lycopus europaeus</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Вовконіг європейський	надземна частина	кумарини, алкалоїди	
		277.	<i>Lythrum salicaria</i> L.	Плакунові (Lythraceae)	Плакун верболистий	квітуча верхівка		
		278.	<i>Macadamia ternifolia</i> F. Muell	Протеїні (Proteaceae)	Макадамія	горіхи, олія, отримана методом холодного віджиму		
		279.	<i>Macrocystis pyrifera</i> (Linnaeus) C.Agardh	Ламінарієві (Laminariaceae)	Макроцистіс	всі частини		
		280.	<i>Magnolia officinalis</i> Rehder & E.H.Wilson	Магнолієві (Magnoliaceae)	Магнолія лікарська	кора, квітки	фенольні сполуки (магнолол, гонокіол), лігнани, ізохінолінові алкалоїди	На маркуванні обов'язково має бути попередження щодо використання вагітними
		281.	<i>Malpighia glabra</i> L.	Мальпігієві (Malpighiaceae)	Мальпігія гола	плоди		
		282.	<i>Malus domestica</i> Borkh	Розоцвіті (Rosaceae)	Яблуня домашня	насіння, кора коренів, листкові бруньки		
		283.	<i>Malus pumila</i> Mill.	Розоцвіті (Rosaceae)	Яблуня райська	листя		
		284.	<i>Malus sylvestris</i> Mill.	Розоцвіті (Rosaceae)	Яблуня лісова	плоди, бруньки, квітки, листя, корені		

		285.	<i>Malva sylvestris</i> L.	Мальвові (Malvaceae)	Калачики лісові	листя, квітки		
		286.	<i>Mangifera indica</i> L.	Сумахові (Anacardiaceae)	Манго індійське	плоди		
		287.	<i>Maranta arundinacea</i> L.	Марантові (Marantaceae)	Маранта тростниковида	кореневища		
		288.	<i>Marrubium vulgare</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Шандра звичайна	надземна частина	дитерпенові лактони (маррубіїн)	
		289.	<i>Marsdenia cundurango</i> Rchb.f.	Кутрові (Aprocynaceae)	Кондуранго	сушена кора	кумарини, фурукумарини	
		290.	<i>Marsdenia sylvestris</i> (Retz.) P.I.Forst.	Кутрові (Aprocynaceae)	Марсденія лісова	листя	гімнемова кислота	
		291.	<i>Mastocarpus stellatus</i> (Stackhouse) Guiry	Phyllophoraceae	Несправжній ірландський мох	всі частини		
		292.	<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Ромашка аптечна	всі частини	а-бісаболол, апігенін-7- глюкозид	
		293.	<i>Medicago sativa</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Люцерна посівна	листя	куместрол, кумарини, піролідинові алкалоїди	Маркування повинно включати попередження про заборону використання жінкам з особистою або сімейною історією раку молочної залози
		294.	<i>Melaleuca alternifolia</i> (Maiden & Betcher) Cheel	Миртові (Myrtaceae)	Чайне дерево	листя, стебла, гілки	евкаліптол, сесквітерпени	
		295.	<i>Melaleuca cajuputi</i> Powell	Миртові (Myrtaceae)	Каюпут	листя, гілки	евкаліптол	

		296.	Melaleuca leucadendra (L.) L.	Миртові (Myrtaceae)	Кайюпутове дерево	листя	метилеугенол, евкаліптол	
		297.	Melaleuca quinquenervia (Cav.) S.T. Blake	Миртові (Myrtaceae)	Мелалеука п'ятинервна, найолі	листя, стебла	евкаліптол	
		298.	Melaleuca viridiflora Sol. ex Gaertn.	Миртові (Myrtaceae)	Ніаулі	листя, гілки	евкаліптол	
		299.	Melilotus altissimus Thuill.	Бобові (Leguminosae)	Буркун високий	надземна частина	кумарини	
		300.	Melilotus officinalis (L.) Pall.	Бобові (Leguminosae)	Буркун лікарський	надземна частина	кумарини	
		301.	Melissa officinalis L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Меліса лікарська	листя	евкаліптол, метилевгенол	
		302.	Mentha arvensis L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	М'ята польова	листя, квітуча верхівка	пулегон, ментофуран	
		303.	Mentha spicata L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	М'ята кучерява	листя, квітуча верхівка	евкаліптол, пулегон, карвакрол, ментофуран	
		304.	Mentha x piperita L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	М'ята перцева	листя, квітуча верхівка	евкаліптол, пулегон, ментофуран, карвакрол, кумарини	
		305.	Menyanthes trifoliata L.	Бобівникові (Menyanthaceae)	Бобівник трилистий	листя, квітконосна верхівка, кореневища, корені	іридоїдні глікозиди, антраноїди, монотерпенові алкалоїди	
		306.	Mesembryanthemum crystallinum L.	Аїзоонові (Aizoaceae)	Мезембріантемум криштальний, Кришталева трава	листя	індольні алкалоїди	

		307.	<i>Monarda didyma</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Монарда двійчаста	надземна частина	тимол	
		308.	<i>Morinda citrifolia</i> L.	Рубієві (Rubiaceae)	Моринда лимонолиста, ноні	плоди, листя	похідні гідроксиантра цену	
		309.	<i>Morinda officinalis</i> F.C. How	Рубієві (Rubiaceae)	Моринда лікарська	корені		
		310.	<i>Morus alba</i> L.	Морaceae (Мораці)	Шовковиця біла	молоде листя, стебла, кореневища		
		311.	<i>Morus nigra</i> L.	Морaceae (Мораці)	Шовковиця чорна	листя, листкові бруньки, плоди, стебла, кора коренів		
		312.	<i>Murraya koenigii</i> (L.) Spreng.	Рутові (Rutaceae)	Дерево карпі	кора, листя, корені дорослого куща		
		313.	<i>Musa × paradisiaca</i> L.	Бананові (Musaceae)	Банан загострений	плоди		
		314.	<i>Myrciaria dubia</i> (Kunth) McVaugh	Миртові (Myrtaceae)	Мирціарія сумнівна, Каму- Каму	плоди		
		315.	<i>Myristica fragrans</i> Houtt.	Мускатникові (Myristicaceae)	Мускатник духмянний	насіння	метилевгенол, сафрол, алкалоїди (елеміцин, міристицин)	Ефірна олія цієї рослини знаходиться під заборонаю
		316.	<i>Myrtus communis</i> L.	Миртові (Myrtaceae)	Мирт звичайний	плоди, листя, квітуха верхівка	естрагол, метилевгенол, евкаліптол	
		317.	<i>Nardostachys</i> <i>jatamansi</i> (D. Don) DC.	Жимолостеві (Caprifoliaceae)	Нард індійський	кореневища	сесквітерпени, сесквітерпеної ди, лігнани	
		318.	<i>Nasturtium</i> <i>officinale</i> R.Br.	Капустяні (Brassicaceae)	Настурція лікарська	всі частини		

		319.	Nelumbo nucifera Gaertn.	Nelumbonaceae	Лотус індійський	корені, листя, стебла, насіння, квітки, плоди	листя, насіння: апорфінові алкалоїди	
		320.	Nepeta cataria L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Котяча м'ята справжня	надземна частина	камфора, алкалоїди	Маркування повинно містити попередження про заборону використання вагітним
		321.	Nepeta tenuifolia Benth.	Губоцвіті (Lamiaceae)	М'ята тонколистя	надземна частина		
		322.	Nigella sativa L.	Жовтецеві (Ranunculaceae)	Чорнушка посівна	насіння: олія, отримана методом холодного віджиму	ізохінолінові алкалоїди	Маркування повинно включати попередження про заборону використання дітям, підліткам, вагітним або жінкам, які годують груддю
		323.	Ocimum basilicum L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Васильки справжні	квітуха верхівка, листя, насіння	ефірна олія: естрагол, евкаліптол, метилевгенол, камфора, α - і β -туйони, сафрол, карвакрол	Маркування має включати попередження про заборону використання у дітей та заяву про заборону тривалого використання
		324.	Oenothera biennis L.	Кипрейні (Onagraceae)	Енотера дворічна	насіння		
		325.	Olea europaea subsp. europaea	Олійні (Oleaceae)	Маслина європейська	листя, плоди		
		326.	Ononis spinosa L.	Бобові (Leguminosae)	Вовчуг колючий	корені, молоді пагони		

		327.	<i>Ononis spinosa</i> subsp. <i>hircina</i> (Jacq.) Gams	Бобові (Leguminosae)	Вовчуг польовий	всі частини		
		328.	<i>Ophiocordyceps sinensis</i>	Офіокордіцепсові (<i>Ophiocordycipitaceae</i>)	Кордицепс китайський	міцеліс	ерготіонеїн, аденозин, олісахариди, бета-глюкани	Не рекомендується вагітним і годуючим жінкам
		329.	<i>Ophiopogon japonicus</i> (Thunb.) Ker Gawl.	Спаржеві (<i>Asparagaceae</i>)	Офіопогон японський	бульби	гомоїзофлавоної, стероїдні глікозиди	
		330.	<i>Opuntia ficus-indica</i> (L.) Mill.	Кактусові (<i>Cactaceae</i>)	Опунція фікус-індіка	кладодія, квітки, плоди, корені		
		331.	<i>Origanum compactum</i> Benth.	Губоцвіті (<i>Lamiaceae</i>)	Материнка звичайна	листя, бутони, квітки	тимол, карвакрол	
		332.	<i>Origanum majorana</i> L.	Губоцвіті (<i>Lamiaceae</i>)	Майоран садовий	надземна частина	естрагол, камфора	
		333.	<i>Origanum vulgare</i> L.	Губоцвіті (<i>Lamiaceae</i>)	Материнка звичайна	надземна частина	Карвакрол	
		334.	<i>Orthosiphon aristatus</i> (Blume) Miq.	Губоцвіті (<i>Lamiaceae</i>)	Ортосифон	листя		
		335.	<i>Oryza sativa</i> L.	Злакові (<i>Poaceae</i>)	Рис посівний	насіння		
		336.	<i>Paeonia suffruticosa</i> Andrews	Півонієві (<i>Paeoniaceae</i>)	Піонія деревовидна	корені		
		337.	<i>Paeonia lactiflora</i> Pall.	Півонієві (<i>Paeoniaceae</i>)	Піонія молочноквіткова	квітки, корені		
		338.	<i>Palmaria palmata</i> (Linnaeus) Weber & Mohr	Пальмініарієві (<i>Palmariaceae</i>)	Пальмарія пальмата, дульсе, ділліск, ділск	всі частини		

		339.	<i>Panax ginseng</i> C.A.Mey.	Аралієві (Araliaceae)	Женьшень звичайний	корені, листя, плоди		
		340.	<i>Panax quinquefolius</i> L.	Аралієві (Araliaceae)	Женьшень американський	корені, листя, плоди		
		341.	<i>Panicum miliaceum</i> L.	Злакові (Poaceae)	Просо звичайне	насіння, квітки		
		342.	<i>Papaver rhoeas</i> L.	Макові (Papaveraceae)	Мак дикий	насіння		
		343.	<i>Parietaria officinalis</i> L.	Кропивових (Urticaceae)	Настінниця лікарська	надземна частина		
		344.	<i>Passiflora edulis</i> Sims	Пасифлорові (Passifloraceae)	Маракуя, пасифлора їстівна	надземна частина	гіперозид, вітексин	
		345.	<i>Pastinaca sativa</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Пастернак посівний	всі частини		
		346.	<i>Paullinia cupana</i> Kunth	Сапіндові (Sapindaceae)	Гуарана	насіння	кофеїн	
		347.	<i>Pelargonium graveolens</i> L'Hér.	Геранієві (Geraniaceae)	Пеларгонія духмяна	листя		
		348.	<i>Perilla frutescens</i> (L.) Britton	Губоцвіті (Lamiaceae)	Буролістяка однорічна	листя, олія з насіння	міристицин, перилловий альдегід	Дозволено лише використання альдегіду
		349.	<i>Persea americana</i> Mill.	Лаврові (Lauraceae)	Авокадо	листя, олія з плодів	метилевгенол, естрагол	
		350.	<i>Persicaria bistorta</i> (L.) Samp.	Гречичні (Polygonaceae)	Гірчак зміїний	підземні частини		
		351.	<i>Persicaria maculosa</i> Gray	Гречичні (Polygonaceae)	Гірчак почечуйний	надземна частина		
		352.	<i>Petroselinum crispum</i> (Mill.) Nyman ex A.W. Hill	Окружкові (Apiaceae)	Петрушка кучерява	всі частини	алкенібензоли (міристицин,	

						елеміцин, апіол)	
		353.	Peucedanum ostruthium (L.) W. Koch	Окружкові (Apiaceae)	Горичник настурцієвий	кореневища, корені	
		354.	Peumus boldus Molina	Монімієві (Monimiaceae)	Болдо	листя	аскаридол, ізохінолінові алкалоїди (болдин), метилевгенол
		355.	Phaseolus vulgaris L.	Бобові (Leguminosae)	Фасоль звичайна	стручки	лектин, ціаногідрогенг лікозид (лінамарин)
		356.	Phellodendron amurense Rupr.	Рутові (Rutaceae)	Коркове дерево амурське	кора	ізохінолінові алкалоїди (берберин, пальмітин)
							На маркуванні обов'язково має бути попередження щодо використання вагітними
		357.	Photinia melanocarpa (Michx.) K.R. Robertson & J.B. Phipps	Розоцвіті (Rosaceae)	Горобина чорнопліда	плоди	
		358.	Phyllanthus emblica L.	Філантус (Phyllanthaceae)	Филлантус ембліка, Амла	плоди	
		359.	Phymatolithon calcareum (Pallas) W.H.Adey & D.L.McKibbin	Гапалідієві (Hapalidiaceae)	Вапнякові морські водорості	всі частини	
		360.	Physalis alkekengi L.	Пасльонові (Solanaceae)	Фізаліс звичайний	плоди	соланін

		361.	<i>Picea abies</i> (L.) H.Karst.	Соснові (Pinaceae)	Ялина звичайна	бутони, листя (голки), шишка		
		362.	<i>Pimenta dioica</i> (L.) Merr.	Миртові (Myrtaceae)	Перець духмянний	гілки, листя, плоди	естрагол, метилевгенол	
		363.	<i>Pimenta racemosa</i> (Mill.) J.W.Moore	Миртові (Myrtaceae)	Перець кистевидний	листя	естрагол, метилевгенол	
		364.	<i>Pimpinella anisum</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Аніс звичайний	плоди	естрагол, фурокумарини	
		365.	<i>Pimpinella major</i> (L.) Huds.	Окружкові (Apiaceae)	Бедринець великий	листя, корені	фурокумарини	
		366.	<i>Pimpinella saxifraga</i> L.	Окружкові (Apiaceae)	Бедринець звичайний	листя, корені, молоді пагони, насіння	фурокумарини	
		367.	<i>Pinus mugo</i> Turra	Соснові (Pinaceae)	Сосна гірська	голки, бруньки, молоді пагони		
		368.	<i>Pinus pinaster</i> Aiton	Соснові (Pinaceae)	Сосна приморська	кора, бруньки, листя (голки)		
		369.	<i>Pinus sylvestris</i> L.	Соснові (Pinaceae)	Сосна звичайна	шишка, голки, бруньки, кора, молоді пагони		
		370.	<i>Piper aduncum</i> L.	Перцеві (Piperaceae)	Перець вузьколис- тяний	листя	піперин	
		371.	<i>Piper longum</i> L.	Перцеві (Piperaceae)	Перець довгий	плоди	піперин	
		372.	<i>Piper nigrum</i> L.	Перцеві (Piperaceae)	Перець чорний	плоди	піперин	
		373.	<i>Pistacia lentiscus</i> L.	Сумахові (Anacardiaceae)	Мастикове дерево	листя, смола, листяні гілки	метилевгенол	
		374.	<i>Plantago arenaria</i> Waldst. & Kit.	Подорожникові (Plantaginaceae)	Подорожник пісковий	насіння		
		375.	<i>Plantago lanceolata</i> L.	Подорожникові	Подорожник ланцетолистий	листя		

			(Plantaginaceae)				
	376.	Plantago major L.	Подорожников і (Plantaginaceae)	Подорожник великий	листя		
	377.	Platycodon grandiflorus (Jacq.) A.DC.	Кампанулеві (Campanulaceae)	Платикодон великоквітковий	корені		Маркування має містити попередження що тривале використання може викликати подразнення шлунка
	378.	Plectranthus barbatus Andrews	Губоцвіті (Lamiaceae)	Плектрантус, колеус форсколія	надземні частини, корені	дитерпен (форсколін)	
	379.	Pogostemon cablin (Blanco) Benth.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Пачулі	листя	похідні сесквітерпену	
	380.	Polygala senega L.	Істодові (Polygalaceae)	Китятки, сенега	кореневища, корені		
	381.	Polygala sibirica L.	Істодові (Polygalaceae)	Китятки сибірські	корені		
	382.	Polygala tenuifolia Willd.	Істодові (Polygalaceae)	Китятки тонколисті	корені		
	383.	Polygonum aviculare L.	Гречичні (Polygonaceae)	Спориш пташиний (звичайний), Гірчак пташиний (звичайний)	надземні частини, насіння		
	384.	Populus nigra L.	Вербові (Salicaceae)	Тополя чорна, осокір	кора, листкові бруньки		
	385.	Populus tremula L.	Вербові (Salicaceae)	Осика	кора, листкові бруньки		

		386.	<i>Populus tremuloides</i> Michx.	Вербові (Salicaceae)	Тополя тремтяча	кора, листкові бруньки		
		387.	<i>Porphyra umbilicalis</i>	Бангієві (Bangiaceae)	Порфіра	всі частини		
		388.	<i>Portulaca oleracea</i> L.	Портулакові (Portulacaceae)	Портулак городній	надземна частина		
		389.	<i>Potentilla anserina</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Перстач гусячий	надземна частина		
		390.	<i>Potentilla erecta</i> (L.) Raeusch.	Розоцвіті (Rosaceae)	Перстач випрямлений	кореневища, корені		
		391.	<i>Primula veris</i> L.	Первоцвітові (Primulaceae)	Первоцвіт весняний	корені, квітки		
		392.	<i>Prunella vulgaris</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Суховершки звичайні	всі частини		
		393.	<i>Prunus africana</i> (Hook. f.) Kalkman	Розоцвіті (Rosaceae)	Слива африканська	кора		Маркування повинно містити заяву про те, щоб порадитися з лікарем
		394.	<i>Prunus armeniaca</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Абрикос звичайний	насіння		
		395.	<i>Prunus avium</i> (L.) L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Черешня	плодоніжки		
		396.	<i>Prunus domestica</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Слива домашня	листя, квітки, кора		
		397.	<i>Prunus serotina</i> Ehrh.	Розоцвіті (Rosaceae)	Черемха пізня	плоди, кора		
		398.	<i>Prunus spinosa</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Слива дика, терен	плоди, листя, квітки		
		399.	<i>Psidium guajava</i> L.	Миртові (Myrtaceae)	Гуайява яблочна	плоди, листя, кора		Дозволено використання тільки водних і спиртових екстрактів

								низького титру (25% об./об.)
		400.	Pueraria montana var. lobata (Willd.) Sanjappa & Pradeep	Бобові (Leguminosae)	Пуерарія японська, кудзу	корені, листя, квітки	ізофлавіони	Рекомендована добова порція не повинна призводити до прийому ізофлавінів всередину, що перевищує 1 мг/кг маси тіла (виражається у вигляді аглікону основного компонента). Маркування повинно містити застереження щодо застосування жінкам з особистим або сімейним анамнезом раку молочної залози
		401.	Punica granatum L.	Lythraceae	Гранат звичайний	плоди, листя, квітки, насіння	піридинові алкалоїди (пеллетисрін, псевдопеллетисрін, ізо-пеллетисрін, метилізопеллетисрін	
		402.	Pyrus communis L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Груша звичайна	плоди		
		403.	Quercus robur L.	Родинні (Fagaceae)	Дуб звичайний	кора, листя, листові бруньки, насіння		

		404.	Raphanus raphanistrum subsp. sativus (L.) Domin	Капустяні (Brassicaceae)	Редька дика	корені		
		405.	Rehmannia glutinosa (Gaertn.) DC.	Подорожникові (Plantaginaceae)	Реманія клейка	корені		
		406.	Rhamnus cathartica L.	Жостерові (Rhamnaceae)	Жостір проносний	кора	антрахінони, похідні гідроксиантрацену	Маркування повинно містити попередження про застосування дітьми до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		407.	Rheum officinale Baill.	Багатокутні (Polygonaceae)	Ревінь лікарський	кореневища, корені, стебла, листя	антрахінони, похідні гідроксиантрацену	Маркування повинно містити попередження щодо використання дітьми віком до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		408.	Rheum palmatum L.	Багатокутні (Polygonaceae)	Ревінь пальчастий	кореневища, корені, стебла, листя	антрахінони, похідні гідроксиантрацену	Маркування повинно містити попередження щодо

							використання дітьми віком до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		409.	Ribes nigrum L.	Агрисові (Grossulariaceae)	Смородина чорна	листя, листкові бруньки, плоди, насіння	
		410.	Ribes uva-crispa L.	Агрисові (Grossulariaceae)	Агрис	плоди	
		411.	Rosa canina L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Шипшина звичайна	несправжній плоди (шипшина), квітки, молоді пагони	
		412.	Rosa gallica L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Шипшина французька	квітки, плоди, бутони, листя	
		413.	Rosa moschata Mill.	Розоцвіті (Rosaceae)	Шипшина мускусна	насіння, несправжні плоди	
		414.	Rosa rubiginosa L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Шипшина іржаста	плоди, пелюстка, насіння	
		415.	Rosmarinus officinalis L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Розмарин лікарський	листя, квітуча верхівка	камфора, евкаліптол, пулегон, карвакрол
		416.	Rubus caesius L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Ожина сиза	листя, плоди	
		417.	Rubus fruticosus L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Ожина безколючкова	листя, плоди, молоді пагони	

		418.	Rubus idaeus L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Малина звичайна	листя, плоди, молоді пагони		
		419.	Rumex acetosa L.	Гречичні (Polygonaceae)	Щавель кислий	листя, квітки, корені, насіння	солі оксалатів	
		420.	Rumex acetosella L.	Гречичні (Polygonaceae)	Щавель горобиний	листя, корені		
		421.	Rumex crispus L.	Гречичні (Polygonaceae)	Щавель кучерявий	всі частини	антрахінони	
		422.	Rumex patientia L.	Гречичні (Polygonaceae)	Щавель шпинатний	корені, листя		
		423.	Ruscus aculeatus L.	Спаржеві (Asparagaceae)	Іглиця колюча	кореневища, надземні частини		
		424.	Saccharina japonica (Areschoug) C.E.Lane, C.Mayes, Druehl & G.W.Saunders	Ламінарієві (Laminariaceae)	Ламінарія японська	всі частини		
		425.	Saccharina latissima (Linnaeus) C.E.Lane, C.Mayes, Druehl & G.W.Saunders	Ламінарієві (Laminariaceae)	Ламінарія велика	всі частини		
		426.	Salix alba L.	Вербові (Salicaceae)	Верба біла	кора, листя	саліцин	Маркування повинно містити попередження про відмову від використання людьми, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		427.	Salix fragilis L.	Вербові	Верба ламка	кора, листя	саліцин	Маркування повинно містити

				(Salicaceae)				попередження про відмову від використання людьми, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		428.	Salix pentandra L.	Вербові (Salicaceae)	Верба п'ятитичинкова	кора, листя	саліцин	Маркування повинно містити попередження про відмову від використання людьми, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		429.	Salix purpurea L.	Вербові (Salicaceae)	Верба пурпурова	кора, листя	саліцин	Маркування повинно містити попередження про відмову від використання людьми, які страждають на алергію на саліцильовані похідні
		430.	Salvia officinalis L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Шавлія лікарська	листя, надземні частини	туйон, евкаліптол, камфора, естрагол, карвакрол	Ефірна олія цієї рослини знаходиться під заборonoю
		431.	Salvia officinalis subsp. lavandulifolia (Vahl) Gams	Губоцвіті (Lamiaceae)	Шавлія лавандолиста	надземна частина	евкаліптол, камфора	

		432.	<i>Salvia sclarea</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Шавлія мускатна	листя, надземні частини, квітуча верхівка, квітки	естрагол, евкаліптол, камфора	
		433.	<i>Sanguisorba minor</i> Scop.	Розоцвіті (Rosaceae)	Родовик малий	надземна частина		
		434.	<i>Sanguisorba officinalis</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Родовик лікарський	корені		
		435.	<i>Sanicula elata</i> Buch.-Ham. ex D. Don	Окружкові (Apiaceae)	Санікула висока	листя	тритерпенові сапоніни (санікулозиди)	
		436.	<i>Santalum album</i> L.	Santalaceae	Сантал білий	деревина		
		437.	<i>Santolina chamaecyparissus</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Сантоліна кипарисоподібна	квітуча верхівка, насіння, листя		
		438.	<i>Saposhnikovia divaricata</i> (Turcz.) Schischk	Окружкові (Apiaceae)	Сапожниковія розчепірена	корені		
		439.	<i>Sargassum fusiforme</i> (Harvey) Setchell	Саргасові (Sargassaceae)	Саргассум	всі частини		
		440.	<i>Satureja hortensis</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Чабер садовий	листя, квітуча верхівка		
		441.	<i>Satureja montana</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Чабер гірський	листя, квітуча верхівка	метилевгенол, карвакрол, евкаліптол, туйон, камфора	
		442.	<i>Saussurea costus</i> (Falc.) Lipsch.	Складноцвіті (Compositae)	Костус індійський	корені	лігнани, халкони, сесквітерпенові лактони	
		443.	<i>Scrophularia ningpoensis</i> Helmsl.	Норичникові (Scrophulariaceae)	Норичник нінгпонський	корені		
		444.	<i>Scutellaria baicalensis</i> Georgi	Губоцвіті (Lamiaceae)	Шоломниця байкальська	корені		

		445.	<i>Secale cereale</i> L.	Злакові (Poaceae)	Жито посівне	паростки плодів		
		446.	<i>Senna alexandrina</i> Mill.	Бобові (Leguminosae)	Сенна олександрійська	плоди (стручки), листя	Гідроксіантрац ени	Маркування повинно містити попередження щодо використання дітьми віком до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		447.	<i>Senna obtusifolia</i> (L.) H.S.Irwin & Barneby	Бобові (Leguminosae)	Сенна туполистя	насіння	Гідроксіантрац ени	Маркування повинно містити попередження щодо використання дітьми віком до 12 років, вагітними та жінками, які годують груддю, а також заяву проти тривалого застосування
		448.	<i>Serenoa repens</i> (W.Bartram) Small	Арекові (Arecaceae)	Сереноа	плоди	ліпоїдні складові	Маркування має містити заяву, яка рекомендує вам звернутися за порадою до лікаря

		449.	<i>Sesamum indicum</i> L.	Педалієві (Pedaliaceae)	Кунжут індійський, Сезам	олія з насіння		
		450.	<i>Sideritis syriaca</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Залізняк, Загойник	надземна частина		
		451.	<i>Sigesbeckia jorullensis</i> Kunth	Складноцвіті (Compositae)	Сігезбекія	надземна частина		
		452.	<i>Silybum marianum</i> (L.) Gaertn.	Складноцвіті (Compositae)	Розторопша плямиста	надземна частина, плоди		
		453.	<i>Simmondsia chinensis</i> (Link) C.K. Schneid.	Simmondsiaceae	Жожоба, Симмондсія китайська	олія з насіння		
		454.	<i>Sisymbrium officinale</i> (L) Scop.	Капустяні (Brassicaceae)	Сухоребрик лікарський	надземна частина		
		455.	<i>Smilax aristolochiifolia</i> Mill.	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль американська	кореневища, корені		
		456.	<i>Smilax aspera</i> L.	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль шорстка	корені, молоді пагони		
		457.	<i>Smilax china</i> L.	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль китайська	кореневища, корені, молоді пагони, плоди, листя		
		458.	<i>Smilax cordifolia</i> Humb. & Bonpl. ex Willd.	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль серцелистяна	кореневища, корені		
		459.	<i>Smilax glabra</i> Roxb.	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль гола	кореневища, корені		
		460.	<i>Smilax officinalis</i> Kunth	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль лікарська	кореневища, корені	стероїдні сапоніни (сарсапорин, паралін, сарсасапогенін, неотігогенін)	

		461.	<i>Smilax purhampuy</i> Ruiz	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль аристолохіє листа	кореневища, корені		
		462.	<i>Smilax regelii</i> Killip et C.V. Morton	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль ямайська	кореневища, корені		
		463.	<i>Smilax vanilliodora</i> Apt	Смілакові (Smilacaceae)	Сасапаріль ванілідора	кореневища, корені		
		464.	<i>Solanum melongena</i> L.	Пасльонові (Solanaceae)	Баклажан	стиглі плоди, корені	стероїдні глікоалкалоїди (соланін)	
		465.	<i>Solidago virgaurea</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Золотушник звичайний	квітучі верхівки		
		466.	<i>Sorbus aucuparia</i> L.	Розоцвіті (Rosaceae)	Горобина звичайна	листя, квітки, плоди		
		467.	<i>Spatholobus</i> <i>suberectus</i> Dunn.	Бобові (Leguminosae)	Спатолобус суберектус	стебла		
		468.	<i>Spinacia oleracea</i> L.	Амарантові (Amaranthaceae)	Шпинат городній	листя		
		469.	<i>Spirulina major</i> Kützing ex Gomont	Ціанобактерії (Pseudanabaenaceae)	Спіруліна велика	всі частини		
		470.	<i>Spirulina maxima</i> (Setchell & N.L.Gardner) Geitler	Ціанобактерії (Pseudanabaenaceae)	Спіруліна максимальна	всі частини		
		471.	<i>Spirulina platensis</i> (Gomont) Geitler	Ціанобактерії (Pseudanabaenaceae)	Спіруліна платенсис	всі частини		
		472.	<i>Stachys officinalis</i> (L.) Trevis.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Буквиця лікарська	всі частини		
		473.	<i>Stemmacantha</i> <i>carthamoides</i> (Willd.) Dittrich	Складноцвіті (Compositae)	Великоголовник сафлоропо дібний,	корені	екдистерони	

				левзея сафлоровидна			
		474.	<i>Styphnolobium japonicum</i> (L.) Schott	Бобові (Leguminosae)	Софора японська	квітки, квітуча верхівка, мо­лоде листя, на­сіння, стебла	
		475.	<i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merr. & L.M.Perry	Миртові (Myrtaceae)	Гвоздичне дерево	надземна частина	естрагол, метилевгенол
		476.	<i>Tagetes erecta</i> L.	Складноцвіті (Compositae)	Чорнобривці прямостійні	надземна частина	
		477.	<i>Tamarindus indica</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Тамаринд індійський	м'якоть плодів	
		478.	<i>Tanacetum parthenium</i> (L.)	Складноцвіті (Compositae)	Маруна дівоча	надземна частина	камфора, сесквітерпенові лактони (партенолід)
		479.	<i>Terminalia chebula</i> Retz.	Гребінчасті (Combretaceae)	Терміналія чебула	плоди, шкірка фруктів	
		480.	<i>Theobroma cacao</i> L.	Мальвові (Malvaceae)	Какао	лушпиння насіння, насіння, масло какао	теобромін
		481.	<i>Thymus saturejoides</i> Coss.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Чебрець сатурійодес	листя, квітуча верхівка	карвакрол, камфора, евкаліптол, тимол
		482.	<i>Thymus serpyllum</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Чебрець повзучий	листя, квітуча верхівка	карвакрол, камфора, евкаліптол, тимол
		483.	<i>Thymus vulgaris</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Чебрець звичайний	листя, квітуча верхівка	карвакрол, камфора, евкаліптол, тимол
		484.	<i>Thymus zygis</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Чебрець білий	листя, квітуча верхівка	карвакрол, камфора,

						евкаліптол, тимол	
		485.	<i>Tilia × europaea</i> L.	Мальвові (Malvaceae)	Липа європейська	листя, квітки, кора	
		486.	<i>Tilia cordata</i> Mill.	Мальвові (Malvaceae)	Липа дрібнолистяна	листя, квітки, кора, луб	
		487.	<i>Tilia platyphyllos</i> Scop.	Мальвові (Malvaceae)	Липа широколис- тяна	листя, квітки, кора, луб	
		488.	<i>Tilia tomentosa</i> Moench	Мальвові (Malvaceae)	Липа срібляста	листя, бруньки, квітки, кора	
		489.	<i>Tribulus terrestris</i> L.	Парнолистяові (Zygophyllaceae)	Якірці колючі, якірці сланкі	листя, молоді пагони, плоди	Частини рослини необхідно проварити
		490.	<i>Trichosanthes kirilowii</i> Maxim.	Гарбузові (Cucurbitaceae)	Трихозант Кирилова	плоди, корені	трихозантин
							Відсутність трихозантина повинна бути доведена звітами аналізів
		491.	<i>Trifolium arvense</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Конюшина польова	надземна частина	
		492.	<i>Trifolium campestre</i> Schreb.	Бобові (Leguminosae)	Конюшина рівнинна	надземна частина	
		493.	<i>Trifolium pratense</i> L.	Бобові (Leguminosae)	Конюшина лучна	надземна частина	Рекомендована добова порція не повинна призводити до прийому ізофлавонів всередину, що перевищує 1 мг/кг маси тіла (виражається у вигляді аглікону основного компонента). Маркування

							повинно містити застереження щодо застосування жінкам з особистим або сімейним анамнезом раку молочної залози
		494.	Trifolium repens L.	Бобові (Leguminosae)	Конюшина повзуча, Конюшина біла	надземна частина	
		495.	Trigonella caerulea (L.) Ser.	Бобові (Leguminosae)	Гуньба блакитна, Пажитник блакитний	листя	
		496.	Trigonella foenum-graecum L.	Бобові (Leguminosae)	Гуньба сінна, Пажитник сінний	насіння	На маркуванні обов'язково має бути попередження щодо використання вагітними
		497.	Triticum aestivum L.	Злакові (Poaceae)	Пшениця м'яка, пшениця звичайна	зародки насіння, молоді стебла	
		498.	Triticum durum Desf.	Злакові (Poaceae)	Пшениця тверда, арнаутка	зародки насіння	
		499.	Triticum spelta L.	Злакові (Poaceae)	Спельта	насіння	
		500.	Triticum turgidum L.	Злакові (Poaceae)	Пшениця тучна	насіння	
		501.	Tropaneolium majus L.	Настурцієві (Tropaneolaceae)	Настурція велика	свіжа рослина	індольні алкалоїди
		502.	Turnera diffusa Willd. ex Schult.	Пасифлорові (Passifloraceae)	Турнера дифуза, Даміана	листя, стебла	пента-тетрациклічні і Маркування повинно включати

						оксидольні алкалоїди	попередження про заборону використання жінкам з особистою або сімейною історією раку молочної залози
		503.	Ulmus glabra Huds.	В'язові (Ulmaceae)	В'яз шорсткий	бруньки, кора	
		504.	Ulmus pumila L.	В'язові (Ulmaceae)	В'яз карликовий	кора, листя	
		505.	Ulmus rubra Muhl.	В'язові (Ulmaceae)	В'яз черовний	кора	
		506.	Ulva lactuca L.	Ульвові (Ulvaceae).	Ульва	всі частини	
		507.	Uncaria gambir (Hunter) Roxb.	Рубієві (Rubiaceae)	Ункарія гамбир	гілки з квітучою верхівкою, листя, молоді пагони	Допускаються тільки сухі водні екстракти
		508.	Uncaria rhynchophylla (Miq.) Miq. ex Havil.	Рубієві (Rubiaceae)	Ункарія кльоволиста	стебла з колючками	
		509.	Uncaria tomentosa (Willd. ex Schult.) DC.	Рубієві (Rubiaceae)	Ундарія опушена	корені, кора, стебла	алкалоїди (ринкофілін, ункарин та інші)
		510.	Undaria pinnatifida (Harvey) Suringar	Аларієві (Alariaceae)	Ундарія периста	всі частини	
		511.	Urtica dioica L.	Кропивові (Urticaceae)	Кропива двостромна	надземні частини, корені	Маркування харчових добавок, що містять підземні частини цієї рослини, має містити

							рекомендацію звернутися за порадою до лікаря
		512.	<i>Urtica urens</i> L.	Кропивові (Urticaceae)	Кропива жалка	надземні частини, корені	Маркування харчових добавок, що містять підземні частини цієї рослини, має містити рекомендацію звернутися за порадою до лікаря
		513.	<i>Vaccinium macrocarpon</i> Aiton	Вересові (Ericaceae)	Журавлина великоплодина	плоди, листя	
		514.	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	Вересові (Ericaceae)	Чорниця звичайна	плоди, листя	
		515.	<i>Vaccinium oxycoccos</i> L.	Вересові (Ericaceae)	Журавлина болотяна	плоди, листя	
		516.	<i>Vaccinium vitis- idaea</i> L.	Вересові (Ericaceae)	Брусниця	плоди, листя	На маркуванні обов'язково має бути попередження щодо використання вагітними
		517.	<i>Valeriana jatamansi</i> Jones	Жимолостеві (Caprifoliaceae)	Валеріана гімалайська, Валеріана індійська	підземні частини	валепотріати, валеріанові кислоти
							Відсутність валепотріатів повинна бути доведена звітами аналізів. Маркування повинно містити попередження про те, що не рекомендується

							використовувати дітям до 12 років	
		518.	Valeriana officinalis L.	Жимолостеві (Caprifoliaceae)	Валеріана лікарська	підземні частини	валепотріати, валеріанові кислоти	Відсутність валепотріатів повинна бути доведена звітами аналізів. Маркування повинно містити попередження про те, що не рекомендується використовувати дітям до 12 років
		519.	Vanilla planifolia Jacks. ex Andrews	Орхідні (Orchidaceae)	Ваніль плосколистя	плоди		
		520.	Verbascum densiflorum Bertol.	Норичникові (Scrophulariaceae)	Дивина великоцвіта, Коров'як високий	квітки, листя		
		521.	Verbascum thapsus L.	Норичникові (Scrophulariaceae)	Дивина ведмеже вухо, Коров'як звичайний	квітки, листя		
		522.	Verbena officinalis L.	Вербенові (Verbenaceae)	Вербена лікарська	надземна частина		
		523.	Veronica officinalis L.	Подорожникові (Plantaginaceae)	Вероніка лікарська	надземна частина		
		524.	Viburnum opulus L.	Калинові (Viburnaceae)	Калина звичайна, червона калина	листя, кора, плоди		
		525.	Vigna angularis (Willd.) Ohwi & H.Ohashi	Бобові (Leguminosae)	Вігна	плоди, насіння	лептин	Рослинну сировину необхідно відварити або замочити
		526.	Viola arvensis Murray	Фіалкові (Violaceae)	Фіалка польова	надземна частина	аполярні циклопептиди	

527.	<i>Viola palustris</i> L.	Фіалкові (Violaceae)	Фіалка болотяна	квітки	аполярні циклопептиди	
528.	<i>Viola tricolor</i> L.	Фіалкові (Violaceae)	Фіалка триколірна	надземна частина	аполярні циклопептиди	
529.	<i>Vitex agnus-castus</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Прутьняк звичайний, Вітекс священний	плоди	кастицин	Маркування повинно включати попередження про заборону використання жінкам з особистою або сімейною історією раку молочної залози
530.	<i>Vitex trifolia</i> L.	Губоцвіті (Lamiaceae)	Прутьняк трюхлистний	плоди		
531.	<i>Vitis vinifera</i> L.	Виноградові (Vitaceae)	Виноград справжній	листя, листкові бруньки, насіння		
532.	<i>Zea mays</i> L.	Злакові (Poaceae)	Кукурудза звичайна	рильце, корінці пророщеного насіння		
533.	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe	Імбирні (Zingiberaceae)	Імбир лікарський	кореневища	метилевгенол	
534.	<i>Ziziphus jujuba</i> Mill.	Жостерові (Rhamnaceae)	Зизифус звичайний (Унабі)	плоди		

II. Амінокислоти

№ з/п	Назва	Добова норма споживання (середня; 25-75 процентиля) г/день
1.	L-аланін	3,2
2.	L-аргінін	3,6
3.	L-аспарагінова кислота	6,4
4.	L-цитрулін	-

		5.	L-цистеїн / цистин	0,8	
		6.	L-гістидин	2,0	
		7.	L-глутамінова кислота	13,6	
		8.	L-глутамін		
		9.	гліцин	2,7	
		10.	L-ізолейцин	3,2	
		11.	L-лейцин	5,6	
		12.	L-лізин	5,0	
		13.	L-лізину ацетат		
		14.	L-метіонін	1,6	
		15.	L-орнітин		
		16.	L-фенілаланін	3,2	
		17.	L-пролін	4,9	
		18.	L-треонін	2,8	
		19.	L-триптофан	0,8	
		20.	L-тирозин	2,6	
		21.	L-валін	3,8	
		22.	серин	3,3	

Правила додавання вітамінів, мінеральних речовин та деяких інших речовин до харчових продуктів, затверджені наказом Міністерства охорони здоров'я України від 16 липня 2020 року № 1613, зареєстровані в Міністерстві юстиції України 16 вересня 2020 року за № 891/35174

	V. Додавання інших речовин			
	4. Забороняється додавання до харчових продуктів або використання у виробництві харчових продуктів інших речовини та/або інгредієнтів, що містять речовини, які зазначені у додатку 3 до цих Правил.	4. Забороняється або обмежується додавання до харчових продуктів або використання у виробництві харчових продуктів інших речовини та/або інгредієнтів, що містять речовини, які зазначені у додатку 3 до цих Правил.		
	Додаток 3 до Правил додавання вітамінів, мінеральних речовин та деяких інших речовин до харчових продуктів (пункт 4 розділу V)	Додаток 3 до Правил додавання вітамінів, мінеральних речовин та деяких інших речовин до харчових продуктів (пункт 4 розділу V) Речовини, використання яких у харчових продуктах забороняється або обмежується I. Заборонені речовини		

	<p>РЕЧОВИНИ, використання яких у харчових продуктах забороняється</p> <p>1. Трава ефедри (хвойник) та препарати на її основі.</p> <p>2. Кора йохімбе та препарати на її основі.</p>	<p>1. Алое-емодин і всі препарати, в яких присутня ця речовина.</p> <p>2. Дантрон і всі препарати, в яких присутня ця речовина.</p> <p>3. Емодин і всі препарати, в яких присутня ця речовина.</p> <p>4. Трава ефедри (хвойник) та препарати, отримані з Ephedra species.</p> <p>5. Препарати з листя Aloe species, що містять похідні hydroxyanthracene derivatives.</p> <p>6. Кора йохімбе та препарати, отримані з йохімбе (Pausinystalia yohimbe (K. Schum) Pierre ex Beille).</p>						
		<p>II. Речовини, що обмежені у використанні</p>						
	<table><tr><th>№ з/п</th><th>Назва речовини</th><th>Умови використання</th><th>Додаткові умови щодо маркування</th></tr><tr><td>1.</td><td>Екстракти зеленого чаю, що містять (-)-епігалокатехін-3-галлат¹</td><td>Добова порція харчового продукту повинна містити менше 800 мг (-)-епігалокате хін-3-галлат</td><td>На маркуванні зазначається: максимальна кількість порцій харчового продукту для щоденного споживання; застереження не споживати 800 мг (-)-епігалокатехін-3-галлату або більше на добу; вміст (-)-епігалокатехін-3-галлату на порцію харчового продукту. Маркування повинно містити такі попередження: «Не слід вживати, якщо ви споживаєте інші продукти, що містять зелений чай, у той самий день». «Не слід вживати вагітним або жінкам, що годують груддю, і дітям до 18 років».</td></tr></table>	№ з/п	Назва речовини	Умови використання	Додаткові умови щодо маркування	1.	Екстракти зеленого чаю, що містять (-)-епігалокатехін-3-галлат ¹	Добова порція харчового продукту повинна містити менше 800 мг (-)-епігалокате хін-3-галлат
№ з/п	Назва речовини	Умови використання	Додаткові умови щодо маркування					
1.	Екстракти зеленого чаю, що містять (-)-епігалокатехін-3-галлат ¹	Добова порція харчового продукту повинна містити менше 800 мг (-)-епігалокате хін-3-галлат	На маркуванні зазначається: максимальна кількість порцій харчового продукту для щоденного споживання; застереження не споживати 800 мг (-)-епігалокатехін-3-галлату або більше на добу; вміст (-)-епігалокатехін-3-галлату на порцію харчового продукту. Маркування повинно містити такі попередження: «Не слід вживати, якщо ви споживаєте інші продукти, що містять зелений чай, у той самий день». «Не слід вживати вагітним або жінкам, що годують груддю, і дітям до 18 років».					

					«Не слід вживати натщесерце»
		2.	Монаколіни з червоного дріжджового рису	Окрема порція харчового продукту для щоденного споживання повинна містити менше 3 мг монаколінів з червоного дріжджового рису	На маркуванні зазначається: кількість окремих порцій харчового продукту для максимального щоденного споживання; застереження не споживати 3 мг або більше монаколінів із червоного дріжджового рису на добу; вміст монаколінів на порцію продукту. Маркування повинно містити такі попередження: «Не слід вживати вагітним і жінкам, що годують груддю, дітям до 18 років і дорослим старше 70 років». «Зверніться за порадою до лікаря щодо споживання цього продукту, якщо у вас виникли проблеми зі здоров'ям»; «Не слід вживати, якщо ви приймаєте ліки, що знижують рівень холестерину»; «Не слід вживати, якщо ви вже вживаєте інші продукти, що містять червоний дріжджовий рис».
		¹ за винятком водних екстрактів зеленого чаю, що містять (-)-епігалокатехін-3-галлат, який після розчинення в напоях має склад, порівнянний із традиційними настоями зеленого чаю.			
Вимоги до тверджень про поживну цінність харчових продуктів та тверджень про користь для здоров'я харчових продуктів, затверджені наказом Міністерства охорони здоров'я України від 15 травня 2020 року № 1145, зареєстровані в Міністерстві юстиції України 04 серпня 2020 року за № 745/35028					
	Додаток 2	Додаток 2			
		до Вимог до тверджень про поживну цінність харчових продуктів та тверджень про користь			

до Вимог до тверджень про поживну цінність харчових продуктів та тверджень про користь для здоров'я харчових продуктів
(пункт 1 розділу II)

28	Хітозан	Хітозан сприяє підтриманню нормального рівня холестерину у крові	Твердження може бути використане для харчового продукту, споживання якого забезпечує щоденне вживання 3 г хітозану. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г хітозану.	
29	Хлорид	Хлорид сприяє нормальному травленню завдяки виробленню соляної кислоти у шлунку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом хлориду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НІВ] ОЇ РЕЧОВИН/И".	Твердження не може бути використане стосовно хлориду, отриманого з хлористого натрію
30	Холін	Холін сприяє нормальному метаболізму гомоцистеїну	Твердження може бути використане стосовно харчового продукту, що містить	

для здоров'я харчових продуктів
(пункт 1 розділу II)

28	Вуглеводні розчини	Вуглеводні розчини сприяють покращенню фізичної працездатності під час високоінтенсивних та тривалих фізичних вправ у тренуваних дорослих	Твердження може використовуватися лише для вуглеводних розчинів, які, відповідно до інструкції з застосування, забезпечують від 30 г до 90 г вуглеводів / годину, де відповідними вуглеводами є глюкоза, сахароза, фруктоза та/або мальтодекстрини, за таких умов: 1) фруктоза (з фруктози та/або сахарози) не повинна становити більше 1/3 від загальної кількості вуглеводів, та 2) глюкоза (з глюкози, сахарози та/або мальтодекстринів) не повинна перевищувати 60 г/год. Споживачу необхідно надати інформацію про те, що корисний ефект досягається лише у дорослих, які пройшли навчання та виконують високоінтенсивні (принаймні 65 % від VO2max) та тривалі	Твердження може використовуватися лише для харчових продуктів, призначених для тренуваних дорослих, які виконують високоінтенсивні та тривалі фізичні вправи.
----	--------------------	---	---	---

				щонайменш 82,5 мг холіну на 100 г або 100 мл або одну порцію харчового продукту					(принаймні 60 хвилин) фізичні вправи.	
	31	Холін	Холін сприяє нормальному ліпідному обміну	Твердження може бути використане стосовно харчового продукту, що містить щонайменш 82,5 мг холіну на 100 г або 100 мл або одну порцію харчового продукту		29	Хітозан	Хітозан сприяє підтриманню нормального рівня холестерину у крові	Твердження може бути використане для харчового продукту, споживання якого забезпечує щоденне вживання 3 г хітозану. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г хітозану.	
	32	Холін	Холін сприяє підтриманню нормального функціонування печінки	Твердження може бути використане стосовно харчового продукту, що містить щонайменш 82,5 мг холіну на 100 г або 100 мл або одну порцію харчового продукту		30	Хлорид	Хлорид сприяє нормальному травленню завдяки виробленню соляної кислоти у шлунку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом хлориду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	Твердження не може бути використане стосовно хлориду, отриманого з хлористого натрію
	33	Хром	Хром сприяє нормальному засвоєнню макронутрієнтів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом тривалентного хрому, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		31	Холін	Холін сприяє нормальному метаболізму гомоцистеїну	Твердження може бути використане стосовно харчового продукту, що містить щонайменш 82,5 мг холіну на 100 г або 100 мл або одну порцію харчового продукту	
	34	Хром	Хром сприяє підтриманню нормального рівня глюкози у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є						

				щонайменш джерелом тривалентного хрому, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	35	Флаванолі какао	Флаванолі какао сприяють підтриманню еластичності кровоносних судин, що сприяє нормальному кровотоку	Для використання на харчовому продукті цього твердження, споживачеві має бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні 200 мг флаванолів какао щоденно. Твердження може бути використане виключно для какао-напоїв (з какао-порошком) або темного шоколаду, які забезпечують щоденне споживання щонайменш 200 мг флаванолів какао з ступенем полімеризації 1 - 10. Твердження може бути використане виключно для капсул або пігулок, що містять екстракт флаванолів какао, які забезпечують	

32	Холін	Холін сприяє нормальному ліпідному обміну	Твердження може бути використане стосовно харчового продукту, що містить щонайменш 82,5 мг холіну на 100 г або 100 мл або одну порцію харчового продукту	
33	Холін	Холін сприяє підтриманню нормального функціонування печінки	Твердження може бути використане стосовно харчового продукту, що містить щонайменш 82,5 мг холіну на 100 г або 100 мл або одну порцію харчового продукту	
34	Хром	Хром сприяє нормальному засвоєнню макронутрієнтів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом тривалентного хрому, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
35	Хром	Хром сприяє підтриманню нормального рівня глюкози у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом тривалентного хрому, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ]	

				щоденне споживання щонайменш 200 мг флавонолів какао зі ступенем полімеризації 1-10.					та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	36	Мідь	Мідь сприяє підтриманню нормального стану сполучних тканин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		36	Флаванолі какао	Флаванолі какао сприяють підтриманню еластичності кровоносних судин, що сприяє нормальному кровотоку	Для використання на харчовому продукті цього твердження, споживачеві має бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні 200 мг флавонолів какао щоденно. Твердження може бути використане виключно для какао-напоїв (з какао-порошком) або темного шоколаду, які забезпечують щоденне споживання щонайменш 200 мг флавонолів какао зі ступенем полімеризації 1 - 10. Твердження може бути використане виключно для капсул або пігулок, що містять екстракт флаванолів какао, які забезпечують щоденне споживання щонайменш 200 мг флавонолів какао зі ступенем полімеризації 1-10.	
	37	Мідь	Мідь сприяє нормальному енергетичному у метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		37	Мідь	Мідь сприяє підтриманню нормального стану	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш	
	38	Мідь	Мідь сприяє нормальній роботі нервової системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування						

				твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".				сполучних тканин	джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			
	39	Мідь	Мідь сприяє нормальній пігментації волосся	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".				38	Мідь	Мідь сприяє нормальному енергетичному метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	40	Мідь	Мідь сприяє нормальному транспорту заліза в організмі	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".				39	Мідь	Мідь сприяє нормальній роботі нервової системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	41	Мідь	Мідь сприяє нормальній пігментації шкіри	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як				40	Мідь	Мідь сприяє нормальній	Твердження може бути використане виключно	

				зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".				підментації волосся	для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
42	Мідь	Мідь сприяє нормальній роботі імунної системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			41	Мідь	Мідь сприяє нормальному транспорту заліза в організмі	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
43	Мідь	Мідь сприяє захисту клітин від оксидативного стресу	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			42	Мідь	Мідь сприяє нормальній підментації шкіри	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
44	Креатин	Креатин збільшує фізичну витривалість при	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що	Твердження може бути використане виключно для харчового						

			послідовному виконанні короточасних високоінтенсивних вправ	забезпечує щоденне вживання 3 г креатину. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г креатину.	продукту, призначеного для споживання дорослими людьми, що виконують високоінтенсивні вправи.
45	Креатин	Щоденне споживання креатину може посилити витривалість м'язів у дорослих віком від 55 років	Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана така інформація: твердження стосується виключно осіб старше 55 років, що займаються високоінтенсивними силовими тренуваннями; позитивний ефект досягається при щоденному вживанні 3 г креатину перед проведенням високоінтенсивних силових тренувань, зі збільшенням навантаження під час тренувань, при цьому такі навантаження мають проводитися щонайменше 3 рази на тиждень протягом декількох тижнів з інтенсивністю щонайменше 65 -75 відсотків від одного	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, призначеного для споживання дорослими віком від 55 років, що займаються високоінтенсивними силовими тренуваннями	
43	Мідь	Мідь сприяє нормальній роботі імунної системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		
44	Мідь	Мідь сприяє захисту клітин від оксидативного стресу	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом міді, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		
45	Креатин	Креатин збільшує фізичну витривалість при послідовному виконанні короточасних високоінтенсивних вправ	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 3 г креатину. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, призначеного для споживання дорослими людьми, що виконують	

				максимального навантаження при повторі вправ*.					щоденному вживанні 3 г креатину.	високоінтенсивні вправи.
	46	Докозагекс аєнова кислота (ДГК)	ДГК сприяє підтриманню нормальної функції мозку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що містить щонайменше 40 мг ДГК на 100 г продукту та на 100 ккал. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 250 мг ДГК.		46	Креатин	Щоденне споживання креатину може посилити витривалість м'язів у дорослих віком від 55 років	Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана така інформація: твердження стосується виключно осіб старше 55 років, що займаються високо інтенсивними силовими тренуваннями; позитивний ефект досягається при щоденному вживанні 3 г креатину перед проведенням високоінтенсивних силових тренувань, зі збільшенням навантаження під час тренувань, при цьому такі навантаження мають проводитися щонайменше 3 рази на тиждень протягом декількох тижнів з інтенсивністю щонайменше 65 -75 відсотків від одного максимального навантаження при повторі вправ*.	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, призначеного для споживання дорослими людьми віком від 55 років, що займаються високо інтенсивними силовими тренуваннями
	47	Докозагекс аєнова кислота (ДГК)	ДГК сприяє підтримці нормального зору	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що містить щонайменше 40 мг ДГК на 100 г продукту та на 100 ккал. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 250 мг ДГК.		47	Докозагексаєнова кислота (ДГК)	ДГК сприяє підтриманню нормальної функції мозку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що містить щонайменше 40 мг ДГК на 100 г продукту та на 100 ккал.	
	48	Докозагекс аєнова кислота (ДГК)	Докозагексаєнова кислота (ДГК) сприяє підтримці	Твердження може бути використане виключно для харчового	Твердження не може бути використане для харчових					

			нормального рівня тригліцеридів в крові	продукту, що забезпечує щоденне вживання 2 г ДГК та що містить ДГК у поєднанні з ейкозапентаєновою кислотою (ЕПК). Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 2 г ДГК. Якщо твердження використовується для дієтичних добавок та (або) харчових продуктів, до яких додані вітаміни, мінеральні речовини або інші поживні речовини, споживачеві повинна бути надана інформація про необхідність не перевищувати щоденне вживання 5 г ЕПК та ДГК у їх сукупності.	продуктів, призначених для дітей				Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 250 мг ДГК.	
						48	Докозагексаєнова кислота (ДГК)	ДГК сприяє підтримці нормального зору	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що містить щонайменше 40 мг ДГК на 100 г продукту та на 100 ккал. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 250 мг ДГК.	
						49	Докозагексаєнова кислота (ДГК)	Докозагексаєнова кислота (ДГК) сприяє підтримці нормального рівня тригліцеридів в крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 2 г ДГК та що містить ДГК у поєднанні з ейкозапентаєновою кислотою (ЕПК). Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 2 г	Твердження не може бути використане для харчових продуктів, призначених для дітей
	49	Докозагексаєнова кислота та ейкозапентаєнова кислота (ДГК/ЕПК)	Докозагексаєнова кислота (ДГК) та ейкозапентаєнова кислота (ЕПК) сприяють підтриманню нормального кров'яного тиску	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує загальне щоденне вживання 3 г ДГК та ЕПК. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний	Твердження не може бути використане для харчових продуктів, призначених для дітей					

				ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г ДГК та ЕПК. Якщо твердження використовується для дієтичних добавок та (або) харчових продуктів, до яких додані вітаміни, мінеральні речовини або інші поживні речовини, споживачеві повинна бути надана інформація про необхідність не перевищувати щоденне вживання 5 г ЕПК та ДГК у їх сукупності.					ДГК. Якщо твердження використовується для дієтичних добавок та (або) харчових продуктів, до яких додані вітаміни, мінеральні речовини або інші поживні речовини, споживачеві повинна бути надана інформація про необхідність не перевищувати щоденне вживання 5 г ЕПК та ДГК у їх сукупності.	
50	Докозагексаєнова кислота та ейкозапентаєнова кислота (ДГК/ЕПК)	Докозагексаєнова кислота (ДГКТ) та ейкозапентаєнова кислота (ЕПК) сприяють підтриманню нормального рівня тригліцеридів в крові	Твердження може бути використане для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 2 г ДГК та ЕПК. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 2 г ДГК та ЕПК. Якщо твердження використовується для дієтичних добавок та (або) харчових продуктів, до яких додані вітаміни, мінеральні	Твердження не може бути використане для харчових продуктів, опризначених для дітей	50	Докозагексаєнова кислота та ейкозапентаєнова кислота (ДГК/ЕПК)	Докозагексаєнова кислота (ДГК) та ейкозапентаєнова кислота (ЕПК) сприяють підтриманню нормального кров'яного тиску	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує загальне щоденне вживання 3 г ДГК та ЕПК. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г ДГК та ЕПК. Якщо твердження використовується для дієтичних добавок та (або) харчових продуктів, до яких додані вітаміни, мінеральні речовини або інші поживні речовини, споживачеві повинна бути надана інформація про необхідність не	Твердження не може бути використане для харчових продуктів, призначених для дітей	

				речовини або інші поживні речовини, споживачеві повинна бути надана інформація про необхідність не перевищувати щоденне вживання 5 г ЕПК та ДГК у їх сукупності.					перевищувати щоденне вживання 5 г ЕПК та ДГК у їх сукупності.	
51	Сушені сливи / чорнослив (<i>Prunus domestica</i> L.)	Сушені сливи / чорнослив сприяють нормальній функції кишківника	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 100 г сушених слив/чорносливу. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 100 г сушених слив/чорносливу.			51	Докозагексаєнова кислота та ейкозапентаєнова кислота (ДГК/ЕПК)	Докозагексаєнова кислота (ДГКТ) та ейкозапентаєнова кислота (ЕПК) сприяють підтриманню нормального рівня тригліцеридів в крові	Твердження може бути використане для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 2 г ДГК та ЕПК. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 2 г ДГК та ЕПК. Якщо твердження використовується для дієтичних добавок та (або) харчових продуктів, до яких додані вітаміни, мінеральні речовини або інші поживні речовини, споживачеві повинна бути надана інформація про необхідність не перевищувати щоденне вживання 5 г ЕПК та ДГК у їх сукупності.	Твердження не може бути використане для харчових продуктів, опризначених для дітей
52	Ейкозапентаєнова кислота та докозагексаєнова кислота (ЕПК /ДГК)	ЕПК та ДГК сприяють нормальній роботі серця	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом ЕПК та ДГК, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО омега-3 жирних кислот". Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути			52	Сушені сливи / чорнослив (<i>Prunus domestica</i> L.)	Сушені сливи / чорнослив сприяють нормальній функції кишківника	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 100 г сушених слив/чорносливу. Для використання цього твердження, споживачеві	

				надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 250 г ЕПК та ДГК.				повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 100 г сушених слив/чорносливу.	
53	Фторид	Фторид сприяє підтримці нормальної мінералізації зубів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фториду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/Н ОЇ РЕЧОВИН/И]".		53	Ейкозапентаєнова кислота та докозагексаєнова кислота (ЕПК /ДГК)	ЕПК та ДГК сприяють нормальній роботі серця	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом ЕПК та ДГК, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО омега-3 жирних кислот". Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 250 г ЕПК та ДГК.	
54	Фолат (фолієва кислота)	Фолат сприяє збільшенню материнської тканини під час вагітності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/Н ОЇ РЕЧОВИН/И]".		54	Фторид	Фторид сприяє підтримці нормальної мінералізації зубів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фториду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА	
55	Фолат	Фолат сприяє нормальному синтезу амінокислот	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш						

				джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
56	Фолат	Фолат сприяє нормальному кровотворенню	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		
57	Фолат	Фолат сприяє нормальному метаболізму гомоцистеїну	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		

			МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
55	Фолат (фолієва кислота)	Фолат сприяє збільшенню материнської тканини під час вагітності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
56	Фолат	Фолат сприяє нормальному синтезу амінокислот	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
57	Фолат	Фолат сприяє нормальному кровотворенню	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА	

	58	Фолат	Фолат сприяє нормальній психічній діяльності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	59	Фолат	Фолат сприяє нормальній роботі імунної системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	60	Фолат	Фолат сприяє зниженню втоми та втомлюваності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО	
	58	Фолат	Фолат сприяє нормальному метаболізму гомоцистеїну	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	59	Фолат	Фолат сприяє нормальній психічній діяльності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	60	Фолат	Фолат сприяє нормальній роботі імунної системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження	

				[НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".					про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	61	Фолат	Фолат відіграє роль у процесі поділу клітин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		61	Фолат	Фолат сприяє зниженню втоми та втомлюваності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	62	Продукти з низьким або зниженим вмістом насичених жирних кислот	Зменшення споживання насичених жирів сприяє підтриманню нормального рівня холестерину у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту з низьким вмістом насичених жирних кислот, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "З НИЗЬКИМ ВМІСТОМ НАСИЧЕНИХ ЖИРІВ", або зі зниженою кількістю насичених жирних кислот, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ЗМЕНШЕНА КІЛЬКІСТЬ [НАЗВА		62	Фолат	Фолат відіграє роль у процесі поділу клітин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом фолату, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
						63	Продукти з низьким або зниженим вмістом	Зменшення споживання насичених жирів сприяє підтриманню	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту з низьким вмістом насичених жирних кислот,	

				ПОЖИВНОЇ РЕЧОВИНИ]".	
63	Продукти з низьким або зниженим вмістом натрію	Зменшення споживання натрію сприяє підтриманню нормального кров'яного тиску	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту з низьким вмістом натрію/солі, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "З НИЗЬКИМ ВМІСТОМ НАТРІЮ/СОЛІ", або зі зниженим вмістом натрію/солі, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ЗМЕНШЕНА КІЛЬКІСТЬ [НАЗВА ПОЖИВНОЇ РЕЧОВИНИ]".		
64	Фруктоза	Споживання продуктів, що містять фруктозу спричиняє більш низьке зростання рівня глюкози в крові в порівнянні з продуктами, що містять цукрозу або глюкозу	Для використання цього твердження глюкоза та/або цукроза у підсолоджених продуктах або напоях необхідно замінити на фруктозу таким чином, щоб зниження вмісту глюкози та/або цукрозу в цих харчових продуктах або напоях становило щонайменше 30 відсотків.		
65	Глюкоманнан (коньяк маннан)	Глюкоманнан сприяє підтриманню нормального	Твердження може бути використане виключно для харчового	Необхідно надати попередження про	

	насичених жирних кислот	нормального рівня холестерину у крові	як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "З НИЗЬКИМ ВМІСТОМ НАСИЧЕНИХ ЖИРІВ", або зі зниженою кількістю насичених жирних кислот, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ЗМЕНШЕНА КІЛЬКІСТЬ [НАЗВА ПОЖИВНОЇ РЕЧОВИНИ]".	
64	Продукти з низьким або зниженим вмістом натрію	Зменшення споживання натрію сприяє підтриманню нормального кров'яного тиску	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту з низьким вмістом натрію/солі, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "З НИЗЬКИМ ВМІСТОМ НАТРІЮ/СОЛІ", або зі зниженим вмістом натрію/солі, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ЗМЕНШЕНА КІЛЬКІСТЬ [НАЗВА ПОЖИВНОЇ РЕЧОВИНИ]".	
65	Фруктоза	Споживання продуктів, що містять фруктозу спричиняє	Для використання цього твердження глюкоза та/або цукроза у підсолоджених продуктах або напоях необхідно	

			рівню холестерину у крові	продукту, що забезпечує щоденне вживання 4 г глюкоманнану. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 4 г глюкоманнану.	можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку			більш низьке зростання рівня глюкози в крові в порівнянні з продуктами, що містять цукрозу або глюкозу	замінити на фруктозу таким чином, щоб зниження вмісту глюкози та/або цукрози в цих харчових продуктах або напоях становило щонайменше 30 відсотків.	
	66	Глюкоманнан (коньяк маннан)	Глюкоманнан сприяє втраті ваги при дотриманні низькокалорійної дієти	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить 1 глюкоманнану на визначену порцію. Для використання цього твердження споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г глюкоманнану, розподіленого на три прийоми по 1 г кожен, разом із 1 - склянками води перед їжею та при дотриманні низькокалорійної дієти.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку	66	Глюкоманнан (коньяк маннан)	Глюкоманнан сприяє підтриманню нормального рівню холестерину у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 4 г глюкоманнану. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 4 г глюкоманнану.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку
						67	Глюкоманнан (коньяк маннан)	Глюкоманнан сприяє втраті ваги при дотриманні низькокалорійної дієти	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить 1 глюкоманнану на визначену порцію. Для використання цього	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають

	67	Гуарова камідь	Гуарова камідь сприяє підтриманню нормального рівню холестерину у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 10 г гуарової камеді. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 10 г гуарової камеді.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку				твердження споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 3 г глюкоманнану, розподіленого на три прийоми по 1 г кожен, разом із 1 - 2 склянками води перед їжею та при дотриманні низькокалорійної дієти.	проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку
	68	Гідроксипропил метил целюлоза (ГПМЦ)	Вживання гідроксипропил метил целюлози при споживанні їжі сприяє зменшенню зростання рівня глюкози у крові після прийняття їжі	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 4 г ГПМЦ. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 4 г гуарової камеді з їжею.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати,	68	Гуарова камідь	Гуарова камідь сприяє підтриманню нормального рівню холестерину у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 10 г гуарової камеді. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 10 г гуарової камеді.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води,

					що речовина досягне шлунку					щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку
69	Гідроксипропил метил целюлоза (ГПМЦ)	Гідроксипропил метил целюлоза сприяє підтриманню нормального рівню холестерину у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 5 г ГПМЦ. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 5 г ГПМЦ.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку		69	Гідроксипропил метил целюлоза (ГПМЦ)	Вживання гідроксипропил метил целюлози при споживанні їжі сприяє зменшенню рівня глюкози у крові після прийняття їжі	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 4 г ГПМЦ. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 4 г гуарової камеді з їжею.	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або перетравлюванням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку
70	Йод	Йод сприяє нормальній когнітивній функції мозку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НІВ] ОЇ РЕЧОВИН/И".			70	Гідроксипропил метил целюлоза (ГПМЦ)	Гідроксипропил метил целюлоза сприяє підтриманню нормального рівню холестерину у крові	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, що забезпечує щоденне вживання 5 г ГПМЦ. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що	Необхідно надати попередження про можливість удушення у людей, що мають проблеми з ковтанням або
71	Йод	Йод сприяє нормальному	Твердження може бути використане виключно для							

			енергетичном у метаболізму	харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".					позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 5 г ГПМЦ.	перетравлюван ням при прийомі недостатньої кількості рідини. Порада - вживати, запиваючи великою кількістю води, щоб гарантувати, що речовина досягне шлунку
	72	Йод	Йод сприяє нормальній роботі нервової системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".						
	73	Йод	Йод сприяє підтриманню нормального стану шкіри	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".						
	71	Йод				Йод сприяє нормальній когнітивній функції мозку			Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	72	Йод				Йод сприяє нормальному енергетичному метаболізму			Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА	

	74	Йод	Йод сприяє нормальній секреції гормонів щитовидної залози і нормальному функціонуванню щитовидної залози	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	75	Залізо	Залізо сприяє нормальній когнітивній функції мозку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	76	Залізо	Залізо сприяє нормальному енергетичному метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА	
				ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	73	Йод	Йод сприяє нормальній роботі нервової системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	74	Йод	Йод сприяє підтриманню нормального стану шкіри	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	75	Йод	Йод сприяє нормальній секреції гормонів щитовидної залози і нормальному	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження	

				МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И)".				функціонуванн ю щитовидної залози	про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И)".	
77	Залізо	Залізо сприяє нормальному утворенню червоних кров'яних тілець та гемоглобіну	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И)".			76	Залізо	Залізо сприяє нормальній когнітивній функції мозку	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И)".	
78	Залізо	Залізо сприяє нормальному транспорту кисню в організмі	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И)".			77	Залізо	Залізо сприяє нормальному енергетичному метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И)".	
79	Залізо	Залізо сприяє нормальній роботі імунної системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА			78	Залізо	Залізо сприяє нормальному утворенню червоних	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як	

				ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".				кров'яних тілець та гемоглобіну	зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
80	Залізо	Залізо сприяє зниженню втоми та втомлюваності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			79	Залізо	Залізо сприяє нормальному транспорту кисню в організмі	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
81	Залізо	Залізо відіграє роль у процесі поділу клітин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			80	Залізо	Залізо сприяє нормальній роботі імунної системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
82	Ензим лактаза	Ензим лактаза покращує засвоєння лактози для осіб, що мають проблеми з засвоєнням лактози	Твердження може бути використане виключно для дієтичних добавок, зз концентрацією ензиму щонайменше 4500 одиниць, визначених в Food Chemicals Codex, разом з інструкцією	Цільовій аудиторії повинна бути надана інформація, що переносимість лактози може бути різною, і необхідно звернутися за		81	Залізо	Залізо сприяє зниженню	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту,	

				для цільової аудиторії, що вказує на необхідність вживання дієтичної добавки при кожному прийомі харчового продукту, що містить лактозу.	порадою до лікаря щодо ролі цієї речовини в раціоні.			вТОМИ та вТОМЛЮВАНOSTІ	який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		
	83	Лактитол	Лактитол сприяє нормальній функції кишківника за рахунок збільшення частоти випорожнень	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить 10 г лактитолу на окремо взятую порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному одноразовому вживанні 10 г лактитолу.	Твердження не повинно використовуватися у маркуванні харчових продуктів, призначених для дітей.		82	Залізо	Залізо відіграє роль у процесі поділу клітин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	84	Лактулоза	Лактулоза сприяє прискоренню кишкового транзиту	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить 10 г лактулози на окремо взятую порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному			83	Ензим лактаза	Ензим лактаза покращує засвоєння лактози для осіб, що мають проблеми з засвоєнням лактози	Твердження може бути використане виключно для дієтичних добавок, з концентрацією ензиму щонайменше 4500 одиниць, визначених в Food Chemicals Codex, разом з інструкцією для цільової аудиторії, що вказує на необхідність вживання дієтичної добавки при кожному прийомі харчового продукту, що містить лактозу.	Цільовій аудиторії повинна бути надана інформація, що переносимість лактози може бути різною, і необхідно звернутися за порадою до лікаря щодо ролі цієї речовини в раціоні.

				джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".					повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 10 г ліноленової кислоти.	
88	Магній	Магній сприяє підтриманню електролітного балансу	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			87	Живі йогуртові культури	Живі культури у йогурті або ферментованом у молоці покращують засвоєння лактози, що міститься у харчовому продукті, для осіб, що страждають від проблем із засвоєнням лактози	Для використання цього твердження, йогурт або ферментоване молоко повинні містити щонайменш 10 ⁸ колонієутворюючих одиниць мікроорганізмів (<i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> and <i>Streptococcus thermophilus</i>) на г харчового продукту.	
89	Магній	Магній сприяє нормальному енергетичному метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			88	Магній	Магній сприяє зменшенню втоми та втомлюваності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
						89	Магній	Магній сприяє підтриманню	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту,	

	90	Магній	Магній сприяє нормальній роботі нервової системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	91	Магній	Магній сприяє нормальній функції м'язів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	92	Магній	Магній сприяє нормальному протеїновому синтезу протеїну	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО	
				електролітного с балансу	який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".
	90	Магній		Магній сприяє нормальному енергетичному метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".
	91	Магній		Магній сприяє нормальній роботі нервової системи	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".

				[НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			92	Магній	Магній сприяє нормальній функції м'язів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	93	Магній	Магній сприяє нормальній психічній діяльності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			93	Магній	Магній сприяє нормальному протеїновому синтезу протеїну	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	94	Магній	Магній сприяє підтриманню нормального стану кісток	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".			94	Магній	Магній сприяє нормальній психічній діяльності	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА	
	95	Магній	Магній сприяє підтриманню нормального стану зубів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в							

				умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	96	Магній	Магній відіграє важливу роль у процесі поділу клітин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	97	Марганець	Марганець сприяє нормальному енергетичном у метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	98	Марганець	Марганець сприяє підтриманню	Твердження може бути використане виключно для	

			МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
95	Магній	Магній сприяє підтриманню нормального стану кісток	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
96	Магній	Магній сприяє підтриманню нормального стану зубів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
97	Магній	Магній відіграє важливу роль у процесі поділу клітин	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом магнію, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА	

			нормального стану кісток	харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".					ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	99	Марганець	Марганець сприяє нормальному утворенню сполучної тканини	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		98	Марганець	Марганець сприяє нормальному енергетичному метаболізму	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
	100	Марганець	Марганець сприяє захисту клітин від оксидативного стресу	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".		99	Марганець	Марганець сприяє підтриманню нормального стану кісток	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
						100	Марганець	Марганець сприяє нормальному утворенню сполучної тканини	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження	

				МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".					про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
101	Харчовий продукт для контролю ваги	Заміна харчовим продуктом для контролю ваги одного з щоденних прийомів їжі при дотриманні низькокалорійної дієти сприяє підтримці сталої ваги після її втрати	Для використання цього твердження, харчовий продукт повинен відповідати таким вимогам: 1. Енергетична цінність (калорійність). Енергетична цінність (калорійність) повинна бути не менше ніж 200 ккал (840 кДж) і не повинна перевищувати 250 ккал (1046 кДж) за один прийом їжі. 2. Вміст і склад жирів. Енергія, що одержується з жирів не повинна перевищувати 30 відсотків від енергетичної цінності (калорійності) харчового продукту. Лінолева кислота (у формі гліцеридів) повинна становити не менше 1 г. 3. Вміст і склад білку. Білок, що міститься у харчовому продукті має забезпечувати не менше, ніж 25 відсотків та не більше, ніж 50 відсотків загального енергетичного вмісту продукту. Хімічний індекс	Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, про важливість підтримки адекватного щоденного споживання рідини і про те, що харчовий продукт є корисними для використання за призначенням тільки в рамках низькокалорійної дієти та що інші харчові продукти повинні бути необхідною частиною такої дієти. Для досягнення заявленого ефекту один прийом їжі повинен бути замінений одним харчовим продуктом для контролю ваги щоденно		101	Марганець	Марганець сприяє захисту клітин від оксидативного стресу	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом марганцю, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
						102	Харчовий продукт для контролю ваги	Заміна харчовим продуктом для контролю ваги одного з щоденних прийомів їжі при дотриманні низькокалорійної дієти сприяє підтримці сталої ваги після її втрати	Для використання цього твердження, харчовий продукт повинен відповідати таким вимогам: 1. Енергетична цінність (калорійність). Енергетична цінність (калорійність) повинна бути не менше ніж 200 ккал (840 кДж) і не повинна перевищувати 250 ккал (1046 кДж) за один прийом їжі. 2. Вміст і склад жирів. Енергія, що одержується з жирів не повинна перевищувати 30 відсотків	Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, про важливість підтримки адекватного щоденного споживання рідини і про те, що харчовий продукт є корисними для використання

білку має дорівнювати значенням, встановленим ВООЗ:

Вміст амінокислот у білку (г/100 г білку)

Цистеїн + метионін	1,7
Гістидін	1,6
Ізолейцин	1,3
Лейцин	1,9
Лізин	1,6
Фенілаланін + тирозин	1,9
Треонін	0,9
Триптофан	0,5
Валін	1,3

"Хімічний індекс" означає найнижчий показник/коефіцієнт кількості кожної незамінної амінокислоти досліджуваного білка та кількістю кожної відповідної амінокислоти референс-білка. Якщо хімічний індекс менше, ніж 100 відсотків референс-білка, мінімальний рівень білка повинен бути відповідно збільшений. У

від енергетичної цінності (калорійності) харчового продукту. Лінолева кислота (у формі гліцеридів) повинна становити не менше 1 г. 3. Вміст і склад білку. Білок, що міститься у харчовому продукті має забезпечувати не менше, ніж 25 відсотків та не більше, ніж 50 відсотків загального енергетичного вмісту продукту. Хімічний індекс білку має дорівнювати значенням, встановленим ВООЗ:

Вміст амінокислот у білку (г/100 г білку)

Цистеїн + метионін	1,7
Гістидін	1,6
Ізолейцин	1,3
Лейцин	1,9
Лізин	1,6

за призначенням тільки в рамках низькокалорійної дієти та що інші харчові продукти повинні бути необхідною частиною такої дієти. Для досягнення заявленого ефекту один прийом їжі повинен бути заміщений одним харчовим продуктом для контролю ваги щоденно.

				<p>будь-якому випадку, хімічний індекс білка має принаймні дорівнювати 80 відсотів від референс - білку. У будь-якому випадку, додавання амінокислот дозволяється виключно з метою покращення поживної цінності білків і виключно у пропорціях, необхідних для цієї мети.</p> <p>4. Вітаміни та мінеральні речовини. Харчовий продукт повинен забезпечувати щонайменше 30 відсотків від кількості референсних величин для споживання вітамінів та мінеральних речовин. Ця вимога не поширюється на фторид, хром, хлорид та молібден.</p> <p>Кількість натрію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі повинна становити щонайменше 172,5 мг. Кількість калію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі повинна становити</p>					<table><tr><td>Фенілаланін + тирозин</td><td>1 , 9</td></tr><tr><td>Треонін</td><td>0 , 9</td></tr><tr><td>Триптофан</td><td>0 , 5</td></tr><tr><td>Валін</td><td>1 , 3</td></tr></table> <p>"Хімічний індекс" означає найнижчий показник/коефіцієнт кількості кожної незамінної амінокислоти досліджуваного білка та кількістю кожної відповідної амінокислоти референс-білка. Якщо хімічний індекс менше, ніж 100 відсотків референс-білка, мінімальний рівень білка повинен бути відповідно збільшений. У будь-якому випадку, хімічний індекс білка має принаймні дорівнювати 80 відсотів від референс - білку. У будь-якому випадку, додавання амінокислот дозволяється виключно з метою покращення поживної цінності білків і</p>	Фенілаланін + тирозин	1 , 9	Треонін	0 , 9	Триптофан	0 , 5	Валін	1 , 3	
Фенілаланін + тирозин	1 , 9																	
Треонін	0 , 9																	
Триптофан	0 , 5																	
Валін	1 , 3																	

				щонайменше 500 мг.				виключно у пропорціях, необхідних для цієї мети. 4. Вітаміни та мінеральні речовини. Харчовий продукт повинен забезпечувати щонайменше 30 відсотків від кількості референсних величин для споживання вітамінів та мінеральних речовин. Ця вимога не поширюється на фторид, хром, хлорид та молібден. Кількість натрію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі повинна становити щонайменше 172,5 мг. Кількість калію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі повинна становити щонайменше 500 мг.		
102	Харчовий продукт для контролю ваги	Заміна двох основних щоденних прийомів їжі при дотриманні низькокалорійної дієти харчовим продуктом для контролю ваги сприяє втраті ваги	Для використання цього твердження, харчовий продукт повинен відповідати таким вимогам: 1. Енергетична цінність (калорійність). Енергетична цінність (калорійність) повинна бути не менше ніж 200 ккал (840 кДж) і не повинна перевищувати 250 ккал (1046 кДж) за один прийом їжі. 2. Вміст і склад жиру. Енергія, що одержується з жирів не повинна перевищувати 30 відсотків від загального енергетичного вмісту продукту. Лінолева кислота (у формі гліцеридів) повинна становити не менше 1 г. 3. Вміст і склад білку. Білок, що міститься у харчовому продукті має забезпечувати не менше, ніж 25 відсотків та не більше, ніж 50 відсотків загального енергетичного вмісту продукту. Хімічний індекс білку має дорівнювати	Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, про важливість підтримки адекватного щоденного споживання рідини і про те, що харчовий продукт є корисним для використання за призначенням тільки в рамках низькокалорійної дієти та що інші харчові продукти повинні бути необхідною частиною такої дієти. З тим, щоб досягти заявленого ефекту, два з основних щоденних прийомів їжі повинні бути замінено на харчові продукти для контролю ваги		103	Харчовий продукт для контролю ваги	Заміна двох основних щоденних прийомів їжі при дотриманні низькокалорійної дієти харчовим продуктом для контролю ваги сприяє втраті ваги	Для використання цього твердження, харчовий продукт повинен відповідати таким вимогам: 1. Енергетична цінність (калорійність). Енергетична цінність (калорійність) повинна бути не менше ніж 200 ккал (840 кДж) і не повинна перевищувати 250 ккал (1046 кДж) за	Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, про важливість підтримки адекватного щоденного споживання

			<div>значенням, встановленим ВООЗ: Вміст амінокислот у білку (г/100 г білку)</div> <table><tr><td>Цистеїн + метионін</td><td>17</td></tr><tr><td>Гістидін</td><td>16</td></tr><tr><td>Ізолейцин</td><td>13</td></tr><tr><td>Лейцин</td><td>19</td></tr><tr><td>Лізин</td><td>16</td></tr><tr><td>Фенілаланін + тирозин</td><td>19</td></tr><tr><td>Треонін</td><td>09</td></tr><tr><td>Триптофан</td><td>05</td></tr><tr><td>Валін</td><td>13</td></tr></table> <div>"Хімічний індекс" означає найнижчий показник/коефіцієнт кількості кожної незамінної амінокислоти досліджуваного білка та кількістю кожної відповідної амінокислоти референс-білка. Якщо хімічний індекс менше, ніж 100 відсотків референс-білка, мінімальний рівень білка повинен бути відповідно збільшений. У будь-якому випадку, хімічний індекс білка має</div>	Цистеїн + метионін	17	Гістидін	16	Ізолейцин	13	Лейцин	19	Лізин	16	Фенілаланін + тирозин	19	Треонін	09	Триптофан	05	Валін	13			<div>один прийом їжі. 2. Вміст і склад жиру. Енергія, що одержується з жирів не повинна перевищувати 30 відсотків від загального енергетичного вмісту продукту. Лінолева кислота (у формі гліцеридів) повинна становити не менше 1 г. 3. Вміст і склад білку. Білок, що міститься у харчовому продукті має забезпечувати не менше, ніж 25 відсотків загального енергетичного вмісту продукту. Хімічний індекс білку має дорівнювати значенням, встановленим ВООЗ: Вміст амінокислот у білку (г/100 г білку)</div> <table><tr><td>Цистеїн + метионін</td><td>17</td></tr><tr><td>Гістидін</td><td>16</td></tr><tr><td>Ізолейцин</td><td>13</td></tr><tr><td>Лейцин</td><td>19</td></tr></table>	Цистеїн + метионін	17	Гістидін	16	Ізолейцин	13	Лейцин	19	<div>рідини і про те, що харчовий продукт є корисними для використання за призначенням тільки в рамках низькокалорійної дієти та що інші харчові продукти повинні бути необхідною частиною такої дієти. З тим, щоб досягти заявленого ефекту, два з основних щоденних прийомів їжі повинні бути замінені на харчові продукти для контролю ваги</div>
Цистеїн + метионін	17																																
Гістидін	16																																
Ізолейцин	13																																
Лейцин	19																																
Лізин	16																																
Фенілаланін + тирозин	19																																
Треонін	09																																
Триптофан	05																																
Валін	13																																
Цистеїн + метионін	17																																
Гістидін	16																																
Ізолейцин	13																																
Лейцин	19																																

				<p>принаймні дорівнювати 80 відсотів від референс - білку. У будь-якому випадку, додавання амінокислот дозволяється виключно з метою покращення поживної цінності білків і виключно у пропорціях, необхідних для цієї мети.</p> <p>4. Вітаміни та мінеральні речовини. Харчовий продукт повинен забезпечувати щонайменше 30 відсотків від кількості референсних величин для споживання вітамінів та мінеральних речовин. Ця вимога не поширюється на фторид, хром, хлорид та молібден. Кількість натрію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі має становити щонайменше 172,5 мг. Кількість калію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі має становити щонайменше 500 мг.</p>					<table><tr><td>Лізін</td><td>1 , 6</td></tr><tr><td>Фенілаланін + тирозин</td><td>1 , 9</td></tr><tr><td>Треонін</td><td>0 , 9</td></tr><tr><td>Триптофан</td><td>0 , 5</td></tr><tr><td>Валін</td><td>1 , 3</td></tr></table> <p>"Хімічний індекс" означає найнижчий показник/коефіцієнт кількості кожної незамінної амінокислоти досліджуваного білка та кількістю кожної відповідної амінокислоти референс-білка. Якщо хімічний індекс менше, ніж 100 відсотків референс-білка, мінімальний рівень білка повинен бути відповідно збільшений. У будь-якому випадку, хімічний індекс білка має принаймні дорівнювати 80 відсотів від референс - білку. У будь-якому випадку, додавання амінокислот</p>	Лізін	1 , 6	Фенілаланін + тирозин	1 , 9	Треонін	0 , 9	Триптофан	0 , 5	Валін	1 , 3	
Лізін	1 , 6																			
Фенілаланін + тирозин	1 , 9																			
Треонін	0 , 9																			
Триптофан	0 , 5																			
Валін	1 , 3																			

	103	М'ясо або риба	М'ясо або риба сприяють засвоєнню заліза при вживанні з іншими продуктами, що містять залізо	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить щонайменше 50 г м'яса або риби на окремо взятую визначену порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні 50 г м'яса або риби разом із харчовими продуктами, що містять негемо-залізо.				дозволяється виключно з метою покращення поживної цінності білків і виключно у пропорціях, необхідних для цієї мети. 4. Вітаміни та мінеральні речовини. Харчовий продукт повинен забезпечувати щонайменше 30 відсотків від кількості референсних величин для споживання вітамінів та мінеральних речовин. Ця вимога не поширюється на фторид, хром, хлорид та молібден. Кількість натрію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі має становити щонайменше 172,5 мг. Кількість калію, що забезпечується харчовим продуктом, на один прийом їжі має становити щонайменше 500 мг.	
	104	Мелатонін	Мелатонін сприяє пом'якшенню специфічних відчуттів при зміні часових поясів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить щонайменше 0,5 мг мелатоніну на визначену порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні перед сном 0,5 мг мелатоніну у перший день подорожі та протягом декількох наступних днів					
	104	М'ясо або риба	М'ясо або риба сприяють засвоєнню заліза при вживанні з іншими продуктами, що містять залізо					Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить щонайменше 50 г м'яса або риби на окремо взятую визначену порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може	

				після приїзду до місця призначення					бути отримано при вживанні 50 г м'яса або риби разом із харчовими продуктами, що містять негемо-залізо.		
	105	Мелатонін	Мелатонін сприяє скороченню часу, необхідного для засинання	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить 1 мг мелатоніну на визначену порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні 1 мг мелатоніну перед сном.			105	Мелатонін	Мелатонін сприяє пом'якшенню специфічних відчуттів при зміні часових поясів	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить щонайменше 0,5 мг мелатоніну на визначену порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні перед сном 0,5 мг мелатоніну у перший день подорожі та протягом декількох наступних днів після приїзду до місця призначення	
	106	Молибден	Молибден сприяє нормальному метаболізму сірчистих амінокислот	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом молибдену, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НІВ] ОЇ РЕЧОВИН/И)".			106	Мелатонін	Мелатонін сприяє скороченню часу, необхідного для засинання	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який містить 1 мг мелатоніну на визначену порцію. Для використання цього твердження, споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при вживанні 1 мг мелатоніну перед сном.	
	107	Monascus purpureus (червоний дріжджовий рис)	Монаколін К, що міститься у червоному дріжджовому рисі сприяє підтриманню нормального рівня холестерину у крові	Твердження може бути використане для харчового продукту, споживання якого забезпечує щоденне вживання 10 мг монаколіну К, що міститься у							

				червоному дріжджовому рису. Для використання цього твердження споживачеві повинна бути надана інформація, що позитивний ефект може бути отримано при щоденному вживанні 10 мг монаколіну К зі страв, вироблених з червоного дріжджового рису, що був підданий процесу бродіння.	
	108	Мононенасичені та/або поліненасичені жирні кислоти	Заміна насичених жирів ненасиченими жирами сприяє підтримці нормального рівня холестерину у крові (мононенасичені та поліненасичені жирні кислоти є ненасиченими жирами)	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту з високим вмістом ненасичених жирних кислот, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ВИСОКИЙ ВМІСТ НЕНАСИЧЕНИХ ЖИРІВ"	
...					

107	Молібден	Молібден сприяє нормальному метаболізму сірчистих амінокислот	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту, який є щонайменш джерелом молібдену, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/НІВ] та/або [НАЗВА МІНЕРАЛЬНИХ/НОЇ РЕЧОВИН/И]".	
108	Мононенасичені та/або поліненасичені жирні кислоти	Заміна насичених жирів ненасиченими жирами сприяє підтримці нормального рівня холестерину у крові (мононенасичені та поліненасичені жирні кислоти є ненасиченими жирами)	Твердження може бути використане виключно для харчового продукту з високим вмістом ненасичених жирних кислот, як зазначено в умовах застосування твердження про поживну цінність "ВИСОКИЙ ВМІСТ НЕНАСИЧЕНИХ ЖИРІВ"	
...				

Міністр охорони здоров'я України

Віктор ЛЯШКО

_____ 2025 р.