

### Додаток 3

до Вимог до тверджень про поживну цінність харчових продуктів та тверджень про користь для здоров'я харчових продуктів (пункти 1,7 розділу II, пункт 1 розділу V)

## ПЕРЕЛІК

### тверджень про зниження ризику захворювань та тверджень, які стосуються розвитку і здоров'я дітей

№ з/п	Поживна речовина	Твердження	Умови використання твердження
1.	Альфа-ліноленова кислота (ALA) та лінолева кислота (LA), незамінні жирні кислоти	Незамінні жирні кислоти потрібні для нормального росту та розвитку дітей.	Споживачеві повинна бути надана інформація, про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 2 г альфа-ліноленової кислоти та щоденному споживанні 10 г лінолевої кислоти
2.	Бета-глюкани ячменю	Доведено, що бета-глюкани з ячменю знижують/зменшують рівень холестерину в крові. Високий рівень холестерину є фактором ризику розвитку ішемічної хвороби серця.	Споживачеві повинна надаватися інформація про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 3 г бета-глюкану ячменю. Твердження може бути використане для харчових продуктів, які містять щонайменше 1 г бета-глюкана ячменю на кількісно визначену порцію.
3.	Білок	Білок необхідний для нормального росту і розвитку кісток у дітей.	Твердження може бути використано лише для харчових продуктів, що є принаймні джерелом білка, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО БІЛКА» наведеного у додатку 1 до цих Вимог
4.	Вівсяний бета-глюкан	Доведено, що вівсяний бета-глюкан знижує/зменшує рівень	Споживачеві повинна надаватися інформація про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 3 г бета-глюкана вівса.

		холестерину в крові. Високий рівень холестерину є фактором ризику розвитку ішемічної хвороби серця	Твердження може бути використане для харчових продуктів, які містять щонайменше 1 г бета-глюкана вівса на кількісно визначену порцію.
5.	Вітамін D	Вітамін D сприяє нормальній роботі імунної системи у дітей.	Твердження може бути використане лише для харчових продуктів, що є щонайменше джерелом вітаміну D, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог
6.	Вітамін D	Вітамін D допомагає зменшити ризик падінь, пов'язаних з постуральною нестійкістю та м'язовою слабкістю. Падіння - фактор ризику виникнення переломів кісток серед чоловіків і жінок 60 років і старше.	Твердження може застосовуватися лише до дієтичних добавок, які забезпечують надходження щонайменше 15 мкг вітаміну D на добу. Споживачеві надається інформація про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 20 мкг вітаміну D з усіх джерел. Це твердження до дієтичних добавок з додаванням вітаміну D можна застосовувати лише для тих з них, що призначені для чоловіків та жінок 60 років і старше
7.	Вітамін D	Вітамін D необхідний для нормального росту і розвитку кісток у дітей	Твердження можна використовувати лише для харчових продуктів, що є щонайменше джерелом вітаміну D, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог
8.	Докозагексаєнова кислота (DHA)	Вживання докозагексаєнової кислоти (ДГК) сприяє нормальному розвитку зору немовлят до 12-місячного віку.	Споживачеві повинна надаватися інформація про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 100 мг ДГК. Коли твердження застосовується для дитячої суміші для подальшого годування, ця суміш повинна містити щонайменше 0,3 % від загальної кількості жирних кислот у перерахунку на ДГК.
9.	Докозагексаєнова кислота (DHA)	Вживання матерями кислоти докозагексаєнової кислоти (ДГК) сприяє нормальному розвитку мозку плода та немовлят на грудному вигодовуванні.	Вагітним та жінкам, що годують груддю повинна бути надана інформація про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 200 мг ДГК як доповнення до рекомендованого добового вживання омега-3 жирних кислот для дорослих, тобто до 250 мг ДГК та ЕПК.  Твердження може бути використане лише для харчових продуктів, що забезпечують щоденне надходження не менше 200 мг ДГК
10.	Докозагексаєнова кислота (DHA)	Прийом матерями докозагексаєнової кислоти	Вагітним та жінкам, що годують груддю повинна бути надана інформація про те, що сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні 200 мг ДГК як

		(ДГК) сприяє нормальному розвитку очей плоду та немовлят на грудному вигодовуванні	доповнення до рекомендованого добового вживання омега-3 жирних кислот для дорослих, тобто до 250 мг ДГК та ЕПК.  Твердження може бути використане лише для харчових продуктів, що забезпечують щоденне надходження не менше 200 мг ДГК
11.	Ефіри рослинних станолів	Доведено, що рослинні ефіри станолів знижують / зменшують рівень холестерину в крові. Високий рівень холестерину є фактором ризику розвитку ішемічної хвороби серця.	Споживачеві повинна бути надана інформація, про те, що сприятливий ефект досягається за умови щоденного споживання 1,5-3 г рослинних станолів протягом 2-3 тижнів. Величина ефекту може вказуватися лише для таких харчових продуктів: жовті жирові спреди, молочні продукти, майонез та салатні заправки. Діапазон ефекту «від 7% до 10%» вказується для харчових продуктів, які забезпечують щоденне вживання 1,5-2,4 г рослинних станолів або діапазон «від 10% до 12,5%» для продуктів, які забезпечують щоденне вживання 2,5-3 г рослинних станолів.
12.	Жувальна гумка без цукру	Жувальна гумка без цукру допомагає зменшити демінералізацію зубів. Демінералізація зубів є фактором ризику розвитку карієсу зубів.	Споживачеві повинна надаватися інформація про те, що сприятливий ефект досягається при жуванні 2-3 г жувальної гумки без цукру протягом 20 хвилин принаймні три рази на день після вживання харчових продуктів.
13.	Жувальна гумка без цукру	Жувальна гумка без цукру допомагає нейтралізувати зубний наліт. Зубний наліт є фактором ризику розвитку карієсу зубів.	Споживачеві повинна надаватися інформація про те, що сприятливий ефект досягається при жуванні 2-3 г жувальної гумки без цукру протягом 20 хвилин принаймні три рази на день після вживання харчових продуктів.
14.	Жувальна гумка підсолоджена 100% ксилітом	Доведено, що жувальна гумка, підсолоджена 100% ксилітом, зменшує зубний наліт. Високий вміст / рівень зубного нальоту є фактором ризику розвитку карієсу у дітей	Споживачеві повинна бути надана інформація про те, що сприятливий ефект досягається при жуванні 2-3 г жувальної гумки, підсолодженої 100% ксилітом, принаймні 3 рази на день після вживання харчових продуктів
15.	Залізо	Залізо сприяє нормальному когнітивному розвитку дітей	Твердження може бути використане лише для харчових продуктів, що є щонайменше джерелом заліза, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛЮ [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог

16.	Йод	Йод сприяє нормальному росту дітей	Твердження може бути використане лише для харчових продуктів, що є щонайменше джерелом йоду, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог
17.	Кальцій	Кальцій допомагає зменшити втрату мінералів в кістках у жінок в постменопаузі. Низька мінеральна щільність кісток є фактором ризику виникнення остеопоротичних переломів кісток	Це твердження може бути використане лише для харчових продуктів, що забезпечують надходження щонайменше 400 мг кальцію на кількісно визначену порцію. Споживачеві надається інформація про те, що твердження призначене спеціально для жінок 50 років, а старше, і сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні не менше 1 200 мг кальцію з усіх джерел.
18.	Кальцій	Кальцій необхідний для нормального росту і розвитку кісток у дітей.	Твердження можна використовувати лише для харчових продуктів, що є щонайменше джерелом кальцію, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог
19.	Кальцій і вітамін D	Кальцій та вітамін D допомагають зменшити втрату мінералів в кістках у жінок в постменопаузі. Низька мінеральна щільність кісток є фактором ризику виникнення остеопоротичних переломів кісток	Твердження може бути використане лише до дієтичних добавок, які забезпечують надходження щонайменше 400 мг кальцію та 15 мкг вітаміну D на добу. Споживачеві надається інформація про те, що твердження призначене спеціально для жінок 50 років і старше, а сприятливий ефект досягається при щоденному споживанні не менше 1 200 мг кальцію та 20 мкг вітаміну D з усіх джерел. Це твердження до дієтичних добавок з додаванням кальцію та вітаміну D можна застосовувати лише для тих з них, які призначені для жінок 50 років і старше
20.	Кальцій і вітамін D	Кальцій і вітамін D необхідні для нормального росту і розвитку кісток у дітей	Твердження можна використовувати лише для харчових продуктів, що є щонайменше джерелом кальцію та вітаміну D, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог
21.	Рослинні стероли: стероли, що отримані з рослин і які етерифіковані або ні харчовими	Доведено, що рослинні стероли знижують/зменшують рівень холестерину в крові. Високий рівень холестерину є фактором ризику розвитку ішемічної хвороби серця	Споживачеві повинна бути надана інформація про те, що сприятливий ефект досягається за умови щоденного споживання 1,5-3 г рослинних стеролів протягом 2-3 тижнів. Величина ефекту може вказуватися лише для таких харчових продуктів: жовті жирові спреди, молочні продукти, майонез та салатні заправки. Діапазон ефекту «від 7% до 10%» вказується для харчових продуктів, які забезпечують щоденне вживання 1,5-2,4 г рослинних стеролів або діапазон «від 10% до 12,5%» для

	жирними кислотами		продуктів, які забезпечують щоденне вживання 2,5-3 г рослинних стеролів.
22.	Рослинні стероли / Ефіри станолових ефірів	Доведено, що рослинні стероли та ефіри станолових ефірів знижують/зменшують рівень холестерину в крові. Високий рівень холестерину є фактором ризику розвитку ішемічної хвороби серця.	Споживачеві повинна бути надана інформація, про те, що сприятливий ефект досягається за умови щоденного споживання 1,5-3 г рослинних стеролів/станолів протягом 2-3 тижнів. Величина ефекту може вказуватися лише для таких харчових продуктів: жовті жирові спреди, молочні продукти, майонез та салатні заправки. Діапазон ефекту «від 7% до 10%» вказується для харчових продуктів, які забезпечують щоденне вживання 1,5-2,4 г рослинних стеролів/станолів або діапазон «від 10% до 12,5%» для продуктів, які забезпечують щоденне вживання 2,5-3 г рослинних стеролів/станолів.
23.	Мононенасичені та / або поліненасичені жирні кислоти	Доведено, що заміна насичених жирів ненасиченими жирами в раціоні знижує/зменшує рівень холестерину в крові. Високий рівень холестерину є фактором ризику розвитку ішемічної хвороби серця	Твердження може бути використане лише для харчових продуктів з високим вмістом ненасичених жирних кислот, як зазначено в умовах застосування твердження «Високий вміст ненасичених жирів», наведеного у додатку 1 до цих Вимог.  Твердження може застосовуватися лише для жирів та олій
24.	Фолієва кислота	Додатковий прийом фолієвої кислоти збільшує статус фолатів у матері. Низький статус фолатів у матері є фактором ризику розвитку дефектів нервової трубки у плода, що розвивається.	Твердження може бути використане лише до дієтичних добавок, які забезпечують надходження щонайменше 400 мкг фолієвої кислоти на добу. Споживачеві повинна надаватися інформація про те, що цільовим населенням є жінки в дітородному віці, а сприятливий ефект досягається при добовій дозі фолієвої кислоти в дозі 400 мкг протягом щонайменше одного місяця до і до трьох місяців після зачаття.
25.	Фосфор	Фосфор необхідний для нормального росту і розвитку кісток у дітей	Твердження може бути використане лише для харчових продуктів, які є щонайменше джерелом фосфору, як зазначено в умовах застосування твердження «ДЖЕРЕЛО [НАЗВА ВІТАМІНУ/ІВ] І/АБО [НАЗВА МІНЕРАЛУ/ІВ]», наведеного у додатку 1 до цих Вимог