



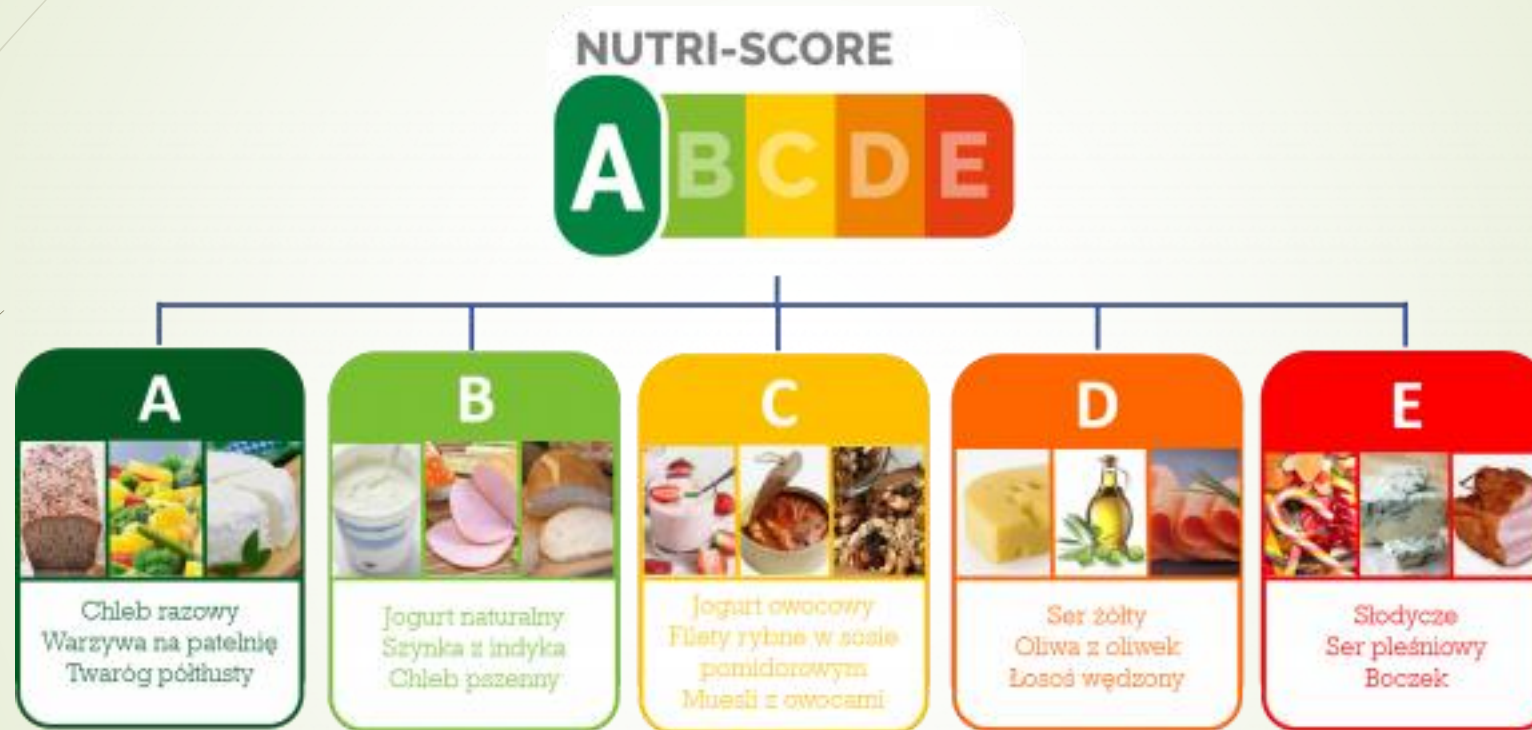
Oznaczenie Nutriscore w kontekście rzeczywistych wartości odżywczych dla wybranej grupy produktów z supermarketu.

Nutri-Score to uproszczone oznakowanie (tzw. etykieta wartości odżywczej), które można znaleźć na froncie opakowań wybranych produktów spożywczych. Służy do prezentowania wartości odżywczej znakowanych produktów w sposób intuicyjny i zrozumiały dla konsumenta. Oznaczenie ma postać prostego kodu, polegającego na wyróżnieniu jednej z pięciu liter od A do E, każda na tle innego koloru.

Produkty oznaczone kolorem zielonym oraz literami A i B to produkty o wysokiej wartości odżywczej, które warto spożywać częściej lub w największych ilościach. Produkty oznaczone kolorem pomarańczowym, czerwonym oraz literami D, E to produkty, które należy spożywać rzadziej lub w mniejszych ilościach, ponieważ zawierają większą ilość składników, które należy ograniczyć w codziennej diecie (tłuszcze nasycone, cukier, sól).



Nutri-Score może pojawiać się na produktach spożywczych, na których opakowaniu znajdują się informacje o wartości odżywczej. Nie można go jednak umieszczać na żywności specjalnego przeznaczenia – dla niemowląt, małych dzieci i osób chorych – oraz na produktach, które nie mają na opakowaniu informacji o zawartości składników odżywczych.





- Produkty o wysokiej wartości odżywczej
- Produkty bardzo ważne w diecie
- Produkty, które warto spożywać w większej ilości lub częściej

- Produkty, które zawierają większą ilość składników, które powinny być ograniczane
- Produkty, które należy spożywać w mniejszej ilości lub rzadziej



Nutri-Score to kompleksowy i skuteczny system – jest pozytywnie oceniany przez wiodące instytucje : WHO Europe, ruch konsumencki UFC Que Choisir (Francja), organizację non-profit TestAchats promującą ochronę konsumentów (Belgia), Europejską Organizację Konsumentów BEUC, Europejską Organizację Konsumentów (Foodwatch) i sami konsumenci, jako system ułatwiający świadomy wybór żywności w oparciu o uproszczone informacje.

Nutri-Score opiera się na naukowej metodzie oceny wartości odżywczej produktów, opracowanej w 2005 roku przez zespół badawczy z Brytyjskiego Uniwersytetu Oksfordzkiego (kierowany przez prof. Raynera) i zatwierdzonej w 2007 roku przez Brytyjską Agencję Standardów Żywności (FSA).





Podstawą Nutri-Score jest równanie opracowane przez zespół naukowców – tzw. wynik Raynera – który uwzględnia zarówno składniki wartościowe, jak i te, które należy ograniczyć

Punkty przyznawane są na podstawie zawartości składników w 100 g produktu lub 100 ml napoju. Po ustaleniu, ile punktów należy przyznać za energię, tłuszcze nasycone, białko, błonnik i inne składniki odżywcze, które mają wpływ na wartość odżywczą produktu, dodaje się punkty za składniki, które mają zostać zredukowane i odejmuje sumę punktów za składniki pozytywne od ich. Łączny wynik umożliwia zaklasyfikowanie żywności do jednej z pięciu klas wartości: od A do E.



Bibliografia

1. <https://www.termedia.pl/mz/System-znakowania-produktow-Nutri-Score-moze-wprowadzac-w-blad-raport,48725.html>
 2. <https://www.prawo-zywnosciowe.pl/2022/08/02/nutri-score-wprowadza-w-blad/>
 3. <https://biozdrowy.pl/pl/blog/nutri-score-co-to-jest/>
- 