

Lidl Táplálkozáskalauz

Állásfoglalás
az egészségtudatos
táplálkozással
kapcsolatban



MINDEN JÓT, JÓ ÁRONI

Fenntarthatóság
a LIDL-nél



Tartalomjegyzék

1.	Előszó.....	4
2.	A legfontosabb az élelmiszer-biztonság	6
2.1.	Akrilamid	8
2.2.	3-monoklóropropán-1,2-diol (3-MCPD).....	12
2.3.	MOSH/MOAH – ásványolaj-eredetű szénhidrogének élelmiszerekbe kerülése	14
2.4.	Pirrolizidinalkaloidok (PA) és tropánalkaloidok (TA)	17
2.5.	Növényvédő szerek.....	19
3.	Élelmiszerek az egészségtudatos táplálkozásért	21
3.1.	Középpontban: Helytelen táplálkozás és elhízás.....	21
3.2.	Ellenőrzés alatt: saját márkás termékeink zsír-, cukor- és sótartalma	22
3.3.	Célunk: 2025-re 20%-kal kevesebb só és cukor.....	24
3.4.	Néhány példa termékkínálatunkból	27
3.5.	Az élelmiszer-összetevők megváltoztatásának jogi korlátai	38
4.	Gondosan válogatott élelmiszer-összetevők.....	39
4.1.	Színezékek.....	39
4.2.	Tartósítószerk.....	41
4.3.	Aromák.....	45
4.4.	Zsírok (hidrogénezett zsírok, transz-zsírok, telített és telítetlen zsírok).....	46
4.5.	Pálmaolaj.....	49
4.6.	Vitaminok és ásványi anyagok	51
4.7.	Édesítőszerk	52
4.8.	Izoglükóz (glükóz-fruktózsirup)	54
5.	Minőségi élelmiszerek minden étrendhez	59

5.1.	Laktózmentes és gluténmentes	59
5.2.	Vegetáriánus és vegán alternatívák.....	60
5.3.	Ökológiai élelmiszerek	60
5.4.	Géntechnológiával módosított termékek.....	61
6.	Dióhéjban: termékeink címkézéséről.....	63
7.	Összefoglalás és kitekintés	66
8.	Céljaink áttekintése.....	68

1. Előszó

A hazai kiskereskedelmi szektor meghatározó szereplőjeként, a Lidl fontos szerepet játszik Magyarország élelmiszerellátási rendszerében. Vállalatként és a társadalom meghatározó szereplőjeként komolyan vesszük felelősségünket.

Ebben az állásfoglalásban bemutatjuk, hogy a Lidl Magyarország milyen módon biztosítja termékei kiváló minőségét és biztonságosságát a gyártási folyamat során, a receptúrákban és a felhasznált élelmiszer-adalékanyagok kiválasztásakor.

Ismertetjük törekvéseinket a belső előírásoknak való megfeleléssel kapcsolatban, mivel proaktívan, a fogyasztók védelme érdekében olyan határértékeket is meghatározunk és alkalmazunk, melyekre jelenleg nincsen jogszabályi előírás.

Cégünk elkötelezett az élelmiszerek cukor-, só- és zsírtartalmának csökkentése mellett, mely válasz a kormány élelmiszerekkel kapcsolatos azon politikájára, amivel szeretné visszaszorítani az étkezési szokások okozta betegségek gyakoriságát.

A Lidl Magyarország az egészségtudatos táplálkozás előmozdítását, az ezzel kapcsolatos edukációt is kiemelten fontosnak tartja, melynek következtében a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségével is együttműködik. Galló Nóra, a Lidl dietetikus szakértője 2017 óta segíti a Vásárlókat recept- és táplálkozási ötletekkel. Az egészségtudatos táplálkozás mellett a rendszeres mozgást is fontosnak tartja a vállalat, ezért Magyarország ikonikus és bakancslistás nyári sporteseményének, a Balaton-átúszásnak 2017 óta névadó szponzora is.

Alapelvek

A „Lidl Táplálkozáskalauz”-ra keresztelt állásfoglalásunk a Lidl Magyarország saját márkás termékeinek jelenlegi kritériumait és célkitűzéseit foglalja magába. Saját márkás termékeinket folyamatosan összevetjük a meghatározott elvárásokkal, célokkal és úgy finomítjuk és fejlesztjük azokat, hogy tükrözzék a legújabb tudományos eredményeket, társadalmi trendeket, melyeket aztán átlátható módon mutatunk be a nyilvánosság számára.

Receptúrafejlesztés és érzékszervi vizsgálatok – a Vásárló dönt

Minőségi követelményeink meghatározásakor figyelembe vesszük az aktuális társadalmi trendeket, valamint a legfrissebb egészségügyi-, tudományos- és technológiai eredményeket is. Ezek tudatában saját márkás termékeinket rendszeresen vizsgáljuk és értékeljük. Ugyanakkor folyamatosan szem előtt tartjuk a tényt, hogy Vásárlóink azonosulnak a termékeinkkel, ezért a Lidl elsődleges feladatának tartja a Vásárlói igények és szükségletek felmérését. Célunk a fogyasztókkal való állandó kommunikáció elősegítése, melynek segítségével javítani tudjuk termékeink minőségét. Mindennél fontosabb számunkra a Vásárlók visszajelzése, melyeket figyelembe veszünk a termékfejlesztés során, és beszállítóinkkal együtt valósítjuk meg a szükséges változtatásokat. Ez teszi lehetővé számunkra, hogy folyamatosan tökéletesítsük termékeinket. Ebben a tekintetben a jó íz elsődleges számunkra; nem változtatjuk meg egy termék összetételét addig, amíg nem tudjuk, hogy az megfelelő-e fogyasztóink elvárásainak és továbbra is jó ízélménnyel bír.

Fogyasztói kóstolások a Lidl-nél

Az “érzékszervi vizsgálatok” során fogyasztói tesztek végzünk a termékek érzékszervi tulajdonságainak értékelésére. Vizsgáljuk például, hogy a termék jó ízű-e és tetszetős külsejű-e, kellemes-e az illata, illetve milyen az állománya. A szakmai partnerünk által működtetett érzékszervi laboratóriumban olyan összehasonlító vizsgálati eljárást fejlesztettünk ki, melynek során a fogyasztókat arra kérjük, hogy vakteszten keresztül értékeljék különböző gyártók hasonló termékeit. Az ebből nyert megállapítások elengedhetetlenek ahhoz, hogy folyamatosan fejlesszük a Lidl saját márkás termékeit. Ha a fogyasztók tetszését nem nyeri el a termék íze, akkor tovább fejlesztjük egészen addig, amíg az megfelelő lesz.

2. A legfontosabb az élelmiszer-biztonság

Vizsgáljuk termékeink minőségét és biztonságosságát, így lehetővé tesszük fogyasztóink számára, hogy egészségtudatosan táplálkozzanak.

Biztonság a kezdetektől fogva – A Lidl minőségbiztosítása a beszállítónál kezdődik.

A Lidl különös figyelemet fordít a beszállítók és a gyártók kiválasztására, melyekkel szemben szerződésben foglalt követelmény az International Featured Standard (Nemzetközi Élelmiszer Szabvány) (IFS) vagy a British Retail Consortium (Angol Kiskereskedők Konzorciuma) (BRC) szabványok szerinti tanúsítvány megszerzése. A beszállítókkal való szoros együttműködésünk biztosítja a gyártási és az előállítási folyamatok megfelelőségét és továbbfejlesztését. Ennek részeként például független akkreditált szervezet által rendszeresen végzett, be nem jelentett auditokat hajtunk végre partnereinknél.

Ellenőrzött minőség - a Lidl saját márkás termékeinek átfogó vizsgálata

A minőségbiztosítási osztályunk irányításával termékeink széleskörű minőség-ellenőrzési vizsgálaton esnek át. A belső minőség-ellenőrzési folyamatokon túlmenően elismert, független szakértő vizsgálólaboratóriumok szolgáltatásait is igénybe vesszük. A laboratóriumok a gyártási folyamat során mintákat vesznek és minőséget és biztonságosságot ellenőrző vizsgálatokat végeznek rajtuk. Ezen túlmenően a boltok polcain található termékek is a vizsgálatok tárgyát képezik. Eljárásunk szerint minél érzékenyebb az élelmiszer és minél gondosabban kell eljárni a gyártás, a szállítás és az értékesítés során, annál intenzívebben vizsgáljuk azt.

Lidl saját márkás termékekre vonatkozó követelmények gyakran szigorúbbak, mint a jogszabályi előírások

Az EU jogszabályi határértékeket állapított meg több szennyezőanyagra vonatkozóan. Ezen értékek számos faktor figyelembevételével kerültek meghatározásra, beleértve az emberre gyakorolt hatást és a fogyasztás gyakoriságát. Ezek mellett meghatároztak egy biztonsági faktort úgy, hogy a határértékek betartása esetén nem áll fenn egészségügyi kockázat a fogyasztók számára.

A saját márkás termékek esetében célunk a jogszabályi előírásoknál

szigorúbb követelmények alkalmazása. Például növényvédő szerek esetében a termékek nem tartalmazhatnak a jogszabályi határérték harmadánál nagyobb mennyiségben az adott hatóanyagból. A beszállítóinknak is meg kell felelniük ezeknek a szigorúbb határértékeknek, melyek betartását ellenőrizzük is. Továbbá termékfejlesztéseket csak azokban az esetekben végzünk, ha azok nem sértenek egyéb jogi előírásokat. Ilyen például az eredetmegjelöléssel ellátott termékek receptúrája.

Biztonság a gyártásban – Szennyezőanyagok elkerülése

Az élelmiszer-biztonság elsődleges fókuszában a szennyezőanyagok állnak. Ezeket sok esetben nem szabályozzák Magyarországon, illetve az EU-ban, mert jelenleg nem áll rendelkezésre elegendő kutatási anyag a kérdéses szennyezőanyagokkal kapcsolatban. Tipikus és gyakran előforduló példák ezen anyagokra az akrilamid, a 3-MCPD-észterek, a pirrolizidin alkaloidok (PA), valamint az ásványolajokból származó szénhidrogének (MOSH/MOAH).

Szállítóinkkal közösen belső előírásokat és eljárásokat határoztunk meg annak érdekében, hogy ezen anyagok mennyiségét csökkentjük a termékekben.

Háttérinformáció:

A termelési-, gyártási-, tárolási- és szállítási folyamatok során az élelmiszerek számos tényezőnek vannak kitéve, melyek következtében szennyezőanyagok és maradékanyagok kerülhetnek be a késztermékekbe vagy alakulhatnak ki bennük.

A maradékanyagok olyan anyagok, amelyeket különböző okokból használnak a termőföldtől a késztermékig történő előállítás során, és ezek az anyagok visszamaradhatnak az élelmiszerekben. A legismertebb példa az ilyen maradékanyagokra a növényvédőszer-maradékok.

A szennyezőanyagok olyan anyagok, amelyek a gyártás során vagy a környezeti feltételekből adódóan akaratlanul kerülnek az élelmiszerekbe. Az ilyen anyagok közé tartoznak például a mikotoxinok vagy külső környezetből bejutó nehézfémek.

2.1. Akrilamid

Az akrilamid jelenlétét 2002-ben dokumentálták először svéd tudósok az élelmiszerekben, akik ropogós kenyérben, illetve burgonyachipsekben mutatták ki az anyag jelenlétét.

Hogyan alakul ki az akrilamid az élelmiszerekben?

Akrilamid az élelmiszerek feldolgozása és otthoni elkészítése során végbemenő úgynevezett Maillard-reakció során képződik. A kémiai reakció során bizonyos cukrok és fehérjék (aminosavak) reagálnak egymással hő hatására – mint például sütés, pörkölés, grillezés –, melynek következményeként az élelmiszer “barnulása” és jellegzetes aromájának kialakulása is végbemegy. Az akrilamid tehát a Maillard-reakció melléktermékeként keletkezik az élelmiszerek magas, 120°C feletti hőmérsékleten történő hevítésekor, alacsony nedvességtartalom mellett.

Burgonyatermékek mint a burgonyachips és a sült burgonya, valamint a gabonatermékek és a kávé tartalmazzák a legnagyobb mennyiségben akrilamidot.

Miért kell csökkenteni az élelmiszerek akrilamid tartalmát?

Annak ellenére, hogy 2002 óta széles körben vizsgált paraméterek közé tartozik az akrilamid, egyelőre egyértelmű válasz nem adható arra a kérdésre, hogy a magas akrilamid-tartalmú élelmiszerek milyen hatással vannak az emberi egészségre. Állatkísérletekkel kimutatták, hogy az akrilamid mutagén- (mutációt előidéző) és rákkeltő hatású lehet. Egy 2015-ben kiadott tanulmány alapján az Európai Élelmiszer-biztonsági Hatóság (EFSA) arra a következtetésre jutott, hogy az akrilamid bevitel és a rákos megbetegedések között összefüggés nem mutatható ki, de nem is zárható ki egyértelműen.¹

Mi a jelenlegi jogi háttér?

Konkrét szabályozásként a mai napig nem áll rendelkezésünkre olyan rendelet, amely előírna akrilamidra vonatkozó, kötelező határértékeket. 2002-ben a német Szövetségi Fogyasztóvédelmi és Élelmiszer-biztonsági Hivatal (BVL) közzétette álláspontját bizonyos élelmiszercsoportokban lévő, akrilamid-szintek csökkentésére vonatkozóan, figyelmeztető értékekkel. Ezeket az értékeket nagyrészt a 2011-ben, az EU-ban alkalmazandó „indikatív értékek”

¹ http://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/corporate_publications/files/acrylamide150604.pdf

váltották fel, amelyeket 2013-ban felülvizsgáltak és nagyrészt tovább csökkentettek.

Az európai élelmiszer- és italipart képviselő FoodDrinkEurope szervezet összeállított egy “eszköztárat” az élelmiszergyártók számára, amelyek az itt található javaslatokat a termékeikre szabottan alkalmazhatják a gyártási folyamat különböző szintjein annak érdekében, hogy a termékeik akrilamid tartalmát csökkenteni tudják. Például a sütési hőmérséklet csökkentése mellett bizonyított az is, hogy a nemesített burgonyafajták felhasználása, illetve a burgonyachipsben keletkező akrilamid mennyiségét. Ezen felül az olyan paraméterek, mint a termőföld minősége, illetve a receptúra is hatással lehet a termék akrilamid szintjére. A búza-, árpa- és zab feldolgozási folyamata során nagyobb mennyiségű akrilamid keletkezik, mint a kukorica és a rizs feldolgozásakor. Másrészről a teljes kiőrlésű gabonák nagyobb mennyiségben történő alkalmazása a reggelizőpelyhekben eredményezhet magasabb akrilamid szintet.

2017 novemberében az Európai Közösség elfogadta a 2017/2158/EU rendeletet, amely továbbra sem tartalmaz kötelező határértékeket, ugyanakkor az akrilamid csökkentésére vonatkozóan intézkedéseket sorol fel annak érdekében, hogy a gyártási folyamat során keletkező akrilamid mennyiségét minimalizálni lehessen. Ezen felül a korábbi indikatív értékek alapján referenciaszinteket részletez, melyekkel az akrilamid csökkentésére irányuló intézkedések sikeressége ellenőrizhető.²

A Lidl Magyarország akrilamidra vonatkozó elhatározásai

A Lidl célzott erőfeszítéseket tett a saját márkás termékek akrilamid szintjének csökkentésére, már a referenciaszinteket részletező rendelet elfogadása előtt, így saját belső előírásként a meghatározott referenciaszint alatti értéket alkalmazunk az érintett termékeink megfelelőségének vizsgálatokor.

² https://www.laves.niedersachsen.de/lebensmittel/rueckstaende_verunreinigungen/acrylamiduntersuchung-in-lebensmitteln-ein-ueberblick-157420.html

1 táblázat Akrilamid szintek

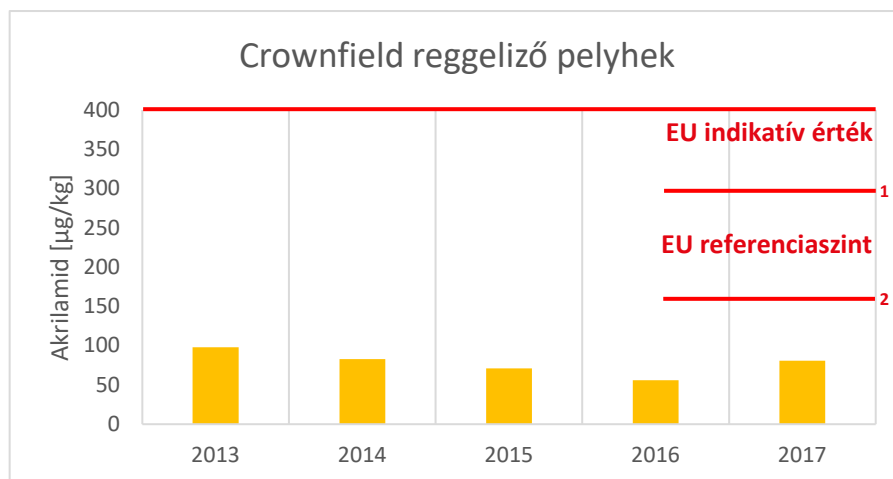
Élelmiszercsoportok	EU indikatív érték [µg/kg]	EU referenciaszint [µg/kg]	Célérték [µg/kg]
Ropogós kenyér	450	350	200
Korpából készült termékek és teljes kiőrlésű gabonából készült gabonapehely, puffasztott gabona	400	300	200 puffasztott gabonák: 300
Búza- és rozsalapú reggelizőpelyhek	300	300	100
Kukoricából, zabból, tönkölybúzából, árpából és rizsből készült reggelizőpelyhek	200	150	100
Burgonyachips	1,000	750	263
Hasábburgonya (azonnal fogyasztható)	600	500	71

2002-ben, az első akrilamidról szóló tanulmány publikálásakor, a burgonyachipsben mérhető átlagos akrilamid szint 1,236 µg/kg volt.³

Beszállítóink a Lidl saját márkás termékeinek vonatkozásában számos intézkedést tettek az akrilamid szintjének csökkentése érdekében. Például a fagyasztott burgonyatermékekhez és burgonyachipsekhez gondosan válogatott burgonyafajtákat használunk fel és gondoskodunk arról, hogy optimális körülmények között történjen tárolásuk a feldolgozás előtt. A "Snack Day" burgonyachipsünk esetében a feldolgozási folyamat, a sütési idő és a hőmérséklet folyamatos optimalizálása, valamint a túlsült burgonyaszeletek kiválogatása hozzájárul az akrilamid szint csökkentéséhez. Ennek eredményeként 2017-ben a paprikás ízű burgonyachipsünk átlagos akrilamid szintje körülbelül 64%-kal volt alacsonyabb, mint az EU által, a termékcsoporthoz meghatározott indikatív érték.

³ https://www.laves.niedersachsen.de/lebensmittel/rueckstaende_verunreinigungen/acrylamiduntersuchung-in-lebensmitteln-ergebnisse-2002-2012-115644.html




Hasonlóan a saját márkás chipsek esetéhez, a "Crownfield" reggeli gabonapelyhek az EU által meghatározott indikatív értékhez, valamint az újonnan elfogadott referenciaszinthez viszonyítva is alacsonyabb akrilamid szintet mutattak – átlagosan mindössze az EU-s referenciaszint 25%-át. Kukorica-, zab-, tönkölybúza-, árpa- illetve rizsalapú pelyhek esetében pedig megközelítőleg 35%-kal alacsonyabb érték volt kimutatható, mint az EU által elfogadott szintek. A táblázatban is látható, hogy a 2016-ban és 2017-ben mért értékek kicsivel magasabbak, amely vélhetően a kedvezőtlen termelési feltételeknek, valamint a receptúrafejlésnek tudható be, hiszen nagyobb mennyiségű teljes kiőrlésű gabona került felhasználásra a termékek cukortartalmának csökkentése érdekében. Ennek eredményeként a termékek rosttartalma magasabb lett, amelynek köszönhetően a termékek tápértéke növekedett.



2.1-1 Ábra

1: korpa, teljes kiőrlésű gabonák, puffasztott gabonák, valamint búza- és rozsalapú reggelizőpelyhek

2: kukorica-, zab-, tönkölybúza-, árpa- és rizsalapú reggeliző pelyhek

<p>Cél</p> 	<p>1. lépés: Minden élelmiszercsoport megfeleltetése a Lidl által meghatározott célértéknek.</p> <p>2. lépés: Szigorúbb értékek meghatározása és betartása.</p>	<p>A lehető leghamarabb</p>
<p>Start</p> 	<p>Az első erőfeszítések az akrilamid csökkentésére vonatkozóan.</p>	<p>2002</p>
<p>Jelen</p> 	<p>A legtöbb saját márkás termékünk jelentősen az EU referenciaszint alatti mértékben tartalmaz akrilamidot. A legtöbb élelmiszercsoportra vonatkozóan cégünk szigorúbb belső előírásokat alkalmaz.</p>	<p>2019. február</p>

2.1-2 Ábra Akrilamid

2.2. 3-monoklórpropán-1,2-diol (3-MCPD)

Mi az a 3-MCPD és hol fordulhat elő?

Jelenlegi ismereteink alapján az úgynevezett 3-MCPD-zsírsavészterek olajok finomításakor, illetve a gyártási folyamat során elvégzett hőkezeléskor képződnek. Keletkezhet a vegyület akkor is, ha az élelmiszer, amely zsírt és sót is tartalmaz, magas hőmérsékletnek van kitéve az előállítási folyamat során. Ilyen élelmiszer például a szójaszósz. A pálmaolaj, mint finomított étolaj esetében nagyobb a szennyeződés veszélye, szemben a repce-, vagy napraforgóolajjal, melyekben a vegyület kisebb koncentrációban van jelen az előállítási folyamatnak köszönhetően.

Miért fontos minimalizálni a vegyület élelmiszerekkel történő bevitelét?

A szabad 3-MCPD vélhetően a vesét érintő elváltozásokban játszik szerepet, illetve jóindulatú daganatok kialakulását okozhatja, ezért fontos a mennyiségét, amennyire lehet, alacsony szinten tartani az élelmiszerekben.

Mi a jelenlegi jogi háttér?

Elsődleges 3-MCPD forrásként a szójaszószt és a szójaalapú termékeket nevezték meg. Ez alapján az Európai Közösség jogszabályi határértéket fogadott el többek között szójaszószra vonatkozó 3-MCPD-vel kapcsolatban. Ugyanakkor megemlítendő, hogy zsírokra és olajokra vonatkozóan egyelőre nincs elfogadott határérték.

Éppen ezért jelenleg a TDI (napi tolerálható bevitel) mennyiséggel jellemezhető a vegyület.

Háttérinformáció

A TDI-érték alatt egy olyan feltételezett biztonságos mennyiséget értünk, amely naponta "bevihető" a teljes emberi élet során anélkül, hogy bármiféle egészségkárosodást okozna.




2016 márciusában az Európai Élelmiszer-biztonsági Hatóság (EFSA) közzétette felülvizsgált álláspontját a 3-monoklórpropán-1,2-diol és a 3-MCPD-zsírsavészterek egészségkárosító kockázatára vonatkozóan. 2018 januárjában újabb felülvizsgálat eredményeként a TDI-értékeket 2,0 µg/testtömeg kg értékben határozták meg, egy átlagos, 60 kg-os felnőttre vonatkoztatva. Ezt az értéket alapul véve a napi tolerálható bevitel értéke 120,0 µg 3-MCPD.

A Lidl Magyarország 3-MCPD-ra vonatkozó elhatározásai

A Lidl termékek esetében a megfelelőségi érték a TDI-értéken alapszik. A termékek egy adagjával elfogyasztott 3-MCPD mennyisége nem haladhatja meg a TDI-érték 50%-át, ezzel biztosítva azt, hogy a fogyasztó ne vigye be már egy termék elfogyasztásával a napi tolerálható beviteli értéket. Ezen felül a 3-MCPD bevitel csökkentése érdekében pálmaolaj helyett napraforgóolaj kerül felhasználásra az összes Lidl saját márkás "Harvest Basket" gyorsfagyasztott burgonyatermék, illetve a burgonyachipsek esetében is.

A "Choco Nussa" mogyoró-nugát krém esetében pálmaolaj nagyrésze helyett repceolajat, illetve napraforgóolajat használunk fel az előállítás során. Ez lehetővé teszi a belső követelményként felállított 3-MCPD határérték (TDI 50%-nál kevesebb mért érték) teljesíthetőségét.

Ugyanakkor a 3-MCPD vegyület mennyiségének minimalizálására nemcsak a pálmaolaj más növényi eredetű zsíradékkal vagy olajjal történő helyettesítése nyújt megoldást, hanem olyan speciális módon feldolgozott pálmaolaj felhasználása is, amely alacsonyabb koncentrációban tartalmazza a vegyületet. Mivel kezdetben éppen a pálmaolajban mutatták ki ezt a vegyületet nagy mennyiségben, széleskörű vizsgálati sorozatra került sor a 3-MCPD-zsírsavészterek pálmaolajban található mennyiségének csökkentése érdekében, amelynek eredményeként lehetőség adódott a finomítási folyamatot úgy véghezvinni, hogy az olajban a 3-MCPD vegyület mennyisége kisebb legyen. A "Sonday" szendvicskekszek, illetve csokoládéval töltött rudacskák esetében is csökkentett 3-MCPD-tartalmú pálmaolajat használunk, mert ezekben a termékekben az érzékszervi paraméterekre, illetve a technológiai adottságokra való tekintettel nem helyettesíthető a pálmaolaj egyéb növényi zsíradékkal. Ezen technológia lehetővé teszi a szigorú követelményeinknek való megfelelést.

<p>Cél</p> 	<p>A 3-MCPD mennyiség a termékek egy adagjában nem lehet több mint a TDI 50%-a.</p> <p>A pálmaolaj kiváltása egyéb olajokkal vagy zsírokkal anélkül, hogy a termékek érzékszervi tulajdonságai romlanának.</p>	<p>A lehető leghamarabb</p>
<p>Start</p> 	<p>A „Harvest Basket” gyorsfagyasztott burgonyatermékek, illetve a Snack Day burgonyachipsek esetében a pálmaolajat napraforgóolajjal helyettesítettük.</p>	<p>2009</p>
<p>Jelen</p> 	<p>A pálmaolaj nagy részét repce-, illetve napraforgóolajjal helyettesítettük a Choco Nussa nugát krémünkben.</p>	<p>2019. február</p>

2.2-1Ábra 3-MCPD

2.3. MOSH/MOAH – ásványolaj-eredetű szénhidrogének élelmiszerekbe kerülése

Milyen ásványi eredetű szénhidrogének juthatnak be az élelmiszerekbe?

Az élelmiszer-csomagolóanyagok tartalmazhatnak meghatározott mennyiségben újrahasznosított anyagokat. Ekkor ásványolaj-vegyületek kerülhetnek migráció („bevándorlás”) útján az újrahasznosított anyagokból az élelmiszerekbe. Ez akkor történhet például, ha az élelmiszer kartoncsomagolása újrahasznosított kartonból és olyan papírból áll, amelyre nyomtatott anyag került. A leggyakrabban használt nyomtató tinták ásványi olajokat tartalmaznak. Ezek az anyagok nem távolíthatóak el teljes mértékben az újrahasznosítás folyamata során, így bekerülhetnek az élelmiszerekbe. Az ásványolaj-eredetű szénhidrogének (MOH) két szennyező ásványi frakcióra, az ásványolajok aromás szénhidrogénjei (MOSH), illetve az ásványolajok telített szénhidrogénjei (MOAH) csoportra oszthatók, így mindegyik típus eltérő tulajdonságokkal rendelkezik.

Háttérinformáció

A német Szövetségi Kockázatértékelési Intézet (BfR) már 2009-ben felhívta a figyelmet az élelmiszerekre vonatkozó, ásványolaj-eredetű szénhidrogének kioldódásával kapcsolatos kockázatokra, a Zürich kanton hivatalos élelmiszervizsgáló hatóságának (Kantonales Labor Zürich) kutatásaira alapozva. Vizsgálatok során ásványolaj-keveréket mutattak ki egy 8 hónapig kartondobozban tárolt rizs mintából. Feltételezhető, hogy a vegyületek a papírdobozból történő kioldódás következtében jelentek meg a gabonában. A BfR feltételezései alapján az olyan száraz alapanyagokban, mint a liszt, búzadara, rizs, reggelizőpelyhek, kakaópor vagy zsemlemorzsa nagyobb valószínűséggel kimutatható a szennyezőanyagok jelenléte.

Azóta az iparban végzett kísérletek kimutatták, hogy az elsődleges MOSH/MOAH-forrás az újrahasznosított papírcsomagolás, ám ezenkívül a feldolgozási folyamat során is kerülhet a szennyezőkből a termékbe. Például a gépekhez felhasznált kenőzsírral, technológiai segédanyagokkal, adalékanyagokkal, a betakarító gépek kipufogógázával vagy akár nem megfelelő tárolási feltételekkel. A kakaóbab betakarításakor olajjal kent jutazsákokat használva gyűjtik a szemeket, amelyek ugyancsak szennyezésnek tehetik ki a termést a szállítás során.

Miért nem kívánatos az ásványolaj-eredetű szénhidrogének élelmiszerekbe kerülése?

A mai tudásunk alapján nincs egyértelmű vizsgálatokkal alátámasztva az ásványolaj-szénhidrogének toxikus hatása, annyi viszont bizonyított, hogy a MOSH felszívódhat a szervezetben. Állatkísérletek alapján viszont kimondható, hogy a vegyületek a szervezetben akkumulálódhatnak és szervkárosító hatásaik lehetnek. A lehetséges kockázattal számolva szintén vizsgálják a MOAH-frakcióban található anyagok karcinogén hatását.

Mi a jelenlegi jogi háttér?

A rendelkezésre álló adatok hiányában egészségügyi értékelés nem állapítható meg a potenciálisan karcinogén MOAH-frakcióra vonatkozóan. Ugyanakkor az Európai Élelmiszer-biztonsági Hatóság (EFSA) álláspontja alapján MOAH élelmiszerekkel történő bevitel

alapvetően nem kívánatos. Ezzel egyetértve a német BfR is a migráció visszaszorítását helyezi előtérbe és amennyire lehetséges, a szennyezőanyag minimalizálására sarkallja a gyártókat.




A szóban forgó kérdések összetettsége miatt a mai napig nincs jogi korlátozás az élelmiszerekben jelen lévő ásványolaj-maradványokra vonatkozóan. Jelenleg tervezeteket és javaslatokat tárgyalnak nemzeti és európai szinten egyaránt.

A Lidl Magyarország MOSH/MOAH-ra vonatkozó elhatározásai

Annak ellenére, hogy jelenleg a szennyezőanyagra vonatkozóan nincs jogi előírás, évek óta nagy erőfeszítéseket teszünk a MOSH/MOAH kioldódásának megelőzésére, ezzel megvédve a Vásárlókat a lehetséges hosszú távú hatásoktól. A probléma megoldására ma már több lehetőség is rendelkezésre áll. Az általunk alkalmazott optimalizálási folyamat két lépésből áll:

- Beszállítóinkkal együttműködve széleskörű felméréseket végez vállalatunk a kontamináció lehetséges okairól, hiszen a szennyezőanyagok az előállítás során, a nyersanyagból vagy a csomagolásból kerülhetnek a termékbe. Például nagyobb hangsúlyt fektetünk a források azonosítására annak érdekében, hogy végleg elkerüljük az élelmiszerek szennyeződését ezekkel az anyagokkal. Stratégiai beszállítóinkkal együtt fókuszpontba helyezzük a megfelelő alapanyagok kiválasztását és minimalizáljuk a szennyeződés mértékét a szállítás, tárolás és a gyártási folyamat során.
- Beszállítóinkkal különböző csomagolási megoldásokat alkalmazunk mint például a funkcionális záróréteggel ellátott tea- és gabonapehely-csomagolások.

A beszállítóinkkal együttműködve a Lidl saját márkás termékek esetén határértékeket írtunk elő a MOSH szennyezőanyagra, amelynek mennyisége nem haladhatja meg a 2mg/kg értéket, illetve a termékek MOAH-tartalma a kimutatási határ alatt kell, hogy legyen. Ezek az értékek nem vehetők figyelembe minden termékcsoporthoz vonatkozóan azonnali hatállyal, de feltett szándékunk, hogy folytassuk a lépéseket és elérjük célunkat, amilyen gyorsan csak lehet. Ezen célok elérése egy hosszú folyamat, melyet már évekkel ezelőtt elkezdtünk.

	Minimalizálni az ásványolaj-maradványok mennyiségét minden élelmiszercsoportban: MOSH-tartalom max. 2 mg/kg MOAH-tartalom a kimutatási határ alatti mennyiségben.	A lehető leghamarabb
	Az ásványolaj-maradványok jelenlétére vonatkozó problémák felismerése.	2009
	Számos, a szennyezőanyag csökkentésére vonatkozó intézkedést hajtottunk végre, főként csomagolásokra vonatkozóan.	2019. február

2.3-1Ábra MOSH/MOAH

2.4. Pirrolizidinalkaloidok (PA) és tropánalkaloidok (TA)

A Pirrolizidinalkaloidok (PA) és a tropánalkaloidok (TA) a természetben gyakran előforduló növényi metabolitok. A növények, a növényevőkkel szembeni védelmük érdekében termelik ezeket a vegyületeket.

Háttérinformáció

Különböző növények termelnek PA-t. A legjobban ismert PA-termelő növény a Jakabnapj aggófű (*Jacobaea vulgaris*). A növények által termelt PA mennyisége a növény fajtájától, valamint a vizsgált növényi résztől függően különböző lehet, de keletkezésében ugyancsak szerepet játszik a talaj és a klíma.

Hol fordulhatnak elő a PA és a TA vegyületek és hogy kerülhetnek ételünkbe?

Az élelmiszerláncba elsőként úgy kerülhetnek ezek az anyagok, hogy a vadon élő növények a betakarítandó növények közé keverednek. TA-t termelő növények nőhetnek gabonanövényekkel együtt, így bekerülhetnek a gabonatermékekbe. A PA fellelhető gyógynövényekben, fűszerekben, salátában és teában is. 2011-ben mutattak ki PA-t mézben is, melynek eredményeként újra a fókuszpontba kerültek ezek az anyagok.

Miért nem kívánatos anyagok a PA-k és a TA-k?

Nagy mennyiségben a szervezetbe jutva a PA hepatoxikus hatású, tehát májkárosító, illetve rákkeltő. TA-k a szervezetbe jutva káros hatást gyakorolhatnak az idegrendszerre és szívre.

Mi a jelenlegi jogi háttér?




Napjainkig nincs PA-ra vonatkozóan elfogadott és jogszabályban meghatározott határérték. Ugyanakkor az állatkísérletekben kimutatott genotoxikus és karcinogén hatásra, az emberekre gyakorolt esetleges káros hatásra, valamint a potenciális rákos eredetű megbetegedésekre tekintettel az Európai Élelmiszerbiztonsági Hatóság (EFSA) meghatározott egy tolerálható napi beviteli értéket.

2013-ban az EFSA megállapította az úgynevezett akut referencia dózist (ARfD) TA-ra vonatkozóan, melyet 0,016 µg/testtömeg kg-ban határozott meg.

A vizsgálatok azonban azt mutatták, hogy az alacsony testtömeggel rendelkező kisgyermekek étrendi kitétsége újra és újra jelentősen meghaladta az ARfD értéket. Erre válaszul az Európai Bizottság maximum értéket határozott meg a feldolgozott gabonaalapú élelmiszerekben jelen lévő két legjelentősebb tropánalkaloidra (atropin és szkopolamin) vonatkozóan. Ettől kezdve feldolgozott gabonaalapú élelmiszerekben maximum 1,0 µg/kg mennyiségben lehetnek jelen ezek az anyagok.

A Lidl Magyarország Pirrolizidinalkaloidokra (PA) és tropánalkaloidokra (TA) vonatkozó elhatározásai

Beszállítóinkkal együttműködve folyamatosan vizsgáljuk annak lehetőségeit, hogyan kezelhetőek a PA-k és a TA-k a termesztés, a betakarítás és a termelés fázisaiban.

 Cél	Minimalizálni a pirrolizidinalkaloidok (PA) és tropánalkaloidok (TA) mennyiségét: PA: A referenciaérték maximum 50%-a TA: Nem tartalmazhatják az élelmiszerek	A lehető leghamarabb
 Start	Felmerülő probléma a pirrolizidinalkaloidok (PA) jelenléte az élelmiszerekben.	2019
 Jelen	Együttműködve a szállítóinkkal folyamatosan vizsgáljuk, hogyan kezelhetőek a PA-k és a TA-k.	2019. február

2.4-1 Ábra PA-k és TA-k

2.5. Növényvédő szerek

Mik azok a növényvédő szerek és mire használhatók?

A növényvédő szerek olyan kémiai vagy biológiai anyagok, amelyek a növények védelmét szolgálják a kártevőkkel, a betegségekkel és a gyomnövényekkel szemben. Jelentős szerepet játszanak tehát a növényvédelemben.

Mi a jelenlegi jogi szabályozás növényvédő szerekkel és az élelmiszerekben jelen lévő potenciális szermaradványokkal kapcsolatban?

Növényvédő szerek csak akkor használhatók az EU-ban, ha szigorú engedélyezési eljáráson mentek keresztül. Magyarországon ezt a folyamatot a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal (NÉBIH) koordinálja. A termékeket több szempontot figyelembe véve vizsgálják, ellenőrzik a hatékonyságukat az emberekre, az állatokra, valamint a környezetre gyakorolt hatásait.

Háttérinformáció:

A maximális maradványértékeket az úgynevezett ALARA-elv szabályozza (ésszerűen elérhető legalacsonyabb szint), ami azt jelenti, hogy a gyümölcs- vagy zöldségtermékekben a maximális maradványanyag csak abban az esetben megengedett, ha nélkülözhetetlen a jó mezőgazdasági gyakorlat tartásához, de soha nem lehet magasabb, mint ami az egészség és a környezet számára elfogadható.

Amennyiben a termékek több különböző maradékanyagot is tartalmaznak, kölcsönhatások vagy kumulatív hatások jöhetnek létre, melyek fokozott kockázatot jelenthetnek a fogyasztók számára. A halmozott maradékanyagok egészségre vonatkozó értékelésének modelljeit jelenleg fejlesztik, ezért egyelőre nincs jogszabályi előírás a késztermékekben lévő megengedett maradékanyagok számára vonatkozóan.




Növényvédő szermaradványok kerülhetnek a termékekbe még akkor is, ha a növényvédőszer-használat megfelelő volt. Ennek okán maximális növényvédő szermaradék-értékek kerültek meghatározásra. Ezek az értékek a maximális megengedett mennyiségeket jelölik, melyek nem okoznak egészségkárosodást. Ezeket a szinteket jóval a potenciálisan egészségkárosító mennyiségek alatt állapították meg, így biztosítva a fogyasztók

egészségének védelmét. A maximális növényvédőszer-maradvány értékek EU-s⁴ rendeletben vannak meghatározva, így minden tagállamban kötelező érvénnyel bírnak.

A Lidl Magyarország növényvédő szerekre vonatkozó elhatározásai

Célunk, hogy az élelmiszerek, azaz a friss gyümölcsök és zöldségek, valamint a feldolgozott élelmiszerek maradékanyag-mentesek legyenek olyan mértékben, amennyire ez megvalósítható. E cél elérése érdekében az európai szintű rendelkezéseknél szigorúbb normákat állítunk a termékekkel szemben.⁵

- A Lidl követelménye értelmében csak azok a termékek minősülnek megfelelőnek, amelyek a rendeleti előírásban foglalt maximálisan megengedett szermaradvány legfeljebb harmadát tartalmazzák.
- A termékek összes maradék hatóanyag-tartalma nem haladhatja meg a jogszabályban meghatározott maximális szint 80% -át.
- Egy termékben legfeljebb 5 darab azonosítható szermaradvány engedhető meg.

 Cél	Célunk, hogy az élelmiszerek maradékanyag-mentesek legyenek, annyira, amennyire ez megvalósítható.	A lehető leghamarabb
 Start	Első erőfeszítések a növényvédő szermaradványok előfordulásának csökkentése az élelmiszerekben.	2006
 Jelen	A szermaradvány határértékek: a rendeleti előírásban foglalt maximálisan megengedett szermaradvány harmada. Az összes szermaradvány-tartalom nem haladhatja meg a jogszabályban meghatározott maximális szint 80% -át. Egy termékben legfeljebb 5 darab azonosítható szermaradvány engedhető meg.	2019. február

2.5-1 Ábra Növényvédő szerek

⁴ AZ EURÓPAI PARLAMENT ÉS A TANÁCS 396/2005/EK RENDELETE a növényi és állati eredetű élelmiszerekben és takarmányokban, illetve azok felületén található megengedett növényvédőszer-maradékok határértékéről, valamint a 91/414/EGK tanácsi irányelv módosításáról

⁵ Lidl Magyarország Bt.: Beszerzési politika: Friss zöldség és gyümölcs https://www.lidl.hu/statics/lidl-offering-hu/ds_doc/Lidl_Zoldseg-Gyumolcs_Beszeresi_Poltika.pdf

3. Élelmiszerek az egészségtudatos táplálkozásért

3.1. Középpontban: Helytelen táplálkozás és elhízás

A magas energiatartalmú ételek fogyasztása és a mozgásszegény életmód betegségekhez vezethet. Magyarországon a 2014-es adatbázisban szereplő 2-es típusú cukorbetegek száma 727 000 volt, ami a teljes lakosságra vonatkoztatva 7,3%-os előfordulást jelent.⁶ A 2012. évi elhízott vagy túlsúlyos betegek ellátásának költsége legalább 207 milliárd Ft volt, ami a teljes Egészségbiztosítási Alap kiadásainak 11,6%-át és a bruttó hazai termék 0,73%-át tette ki.⁷

Közel 2100 olyan terméket forgalmazunk, beleértve a gyümölcsöket és zöldségeket is, melyek számos egészséges alternatívát kínálnak fogyasztóink számára. Emellett törekszünk arra is, hogy csökkentsük saját márkás termékeink só-, cukor- és telített zsírsavtartalmát. Elkötelezettek vagyunk továbbá az iránt, hogy támogassuk a sportot, valamint tudatosítsuk és népszerűsítsük a testmozgás, a táplálkozás és az életminőség közötti kapcsolatot. Célunk ezáltal a helyes táplálkozás és a testmozgás teljes körű, átfogó megközelítése.

⁶ DIABETOLOGIA HUNGARICA XXIV. évfolyam 3. szám

⁷ Iski, Gabriella és Rurik, Imre (2014) Becslések a túlsúly és az elhízás hazai gazdasági terheiről Orvosi Hetilap, 2014 155 (35). pp. 1406–1412. ISSN 0030–6002

Háttérinformáció:

Hazánkban 2013 óta külön jogszabály, a 71/2013 (XI.20) EMMI rendelet rendelkezik az élelmiszerek transz-zsír-sav tartalmának megengedhető legnagyobb mennyiségéről, valamint a lakosság transz-zsír-sav fogyasztásának folyamatos monitorozásáról.

2011-ben született meg Magyarországon a csomagolt élelmiszerek só- és cukortartalmát szabályozó 2011. évi CIII. törvény a népegészségügyi termékadóról. A jogszabály számos élelmiszer-kategóriát (például sóalapú ételízesítők, szörpök és üdítőitalok, alacsony gyümölcsstartalmú gyümölcskészítmények) érintően adókötelezettséget állapít meg a termékek só- és cukortartalma alapján.

EU-s keretprogram részeként 2008-ban indult el a Nemzeti sócsökkentő, ún. Stop Só program. A projekt négy év alatt a sófogyasztás legalább 16%-os csökkentését tűzte ki célul. A felsorolt törvényeken, rendelkezéseken túl, a 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet – a közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás – egészségügyi előírásokról – foglalkozik még zsír-, cukor- és sócsökkentéssel.

3.2. Ellenőrzés alatt: saját márkás termékeink zsír-, cukor- és só tartalma

A cukor, só és zsírok nem csupán az ízekért felelnek, hanem az emberi táplálkozás és az anyagcsere-folyamatok nélkülözhetetlen összetevői is. Ezeket azonban mindig felelősségteljesen és körültekintően kell felhasználnunk.

Telített zsírsavak: A telített zsírsavakban gazdag étrend a szív- és érrendszeri megbetegedésekkel áll kapcsolatban. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO)⁸ ajánlása alapján a teljes energiabevitel kevesebb, mint 10%-ának kellene telített zsírsavakból származnia. A felnőttek számára javasolt napi 2000 kalóriabevitel esetén ez az érték 20,0 g telített zsírsavat jelent naponta. A hazai lakosság élelmiszerválasztása többségében az egészség szempontjából kevésbé kedvező alternatívákat (például magas zsírtartalmú sajtok, felvágottak, húsrészek) részesíti előnyben. A hazai táplálkozási ajánlás, a növényi eredetű zsiradékok, a sovány húsfélék, alacsony

⁸ <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

zsírtartalmú tejtermékek fogyasztását javasolja. A hazai felnőttek telített zsírbevitele a napi energiafelvétel arányában az Országos Táplálkozás és Tápláltsági Állapot Vizsgálat (OTÁP 2014)⁹ szerint férfiak esetében 11,5%, a nők esetében 11,3%, míg a hazai ajánlás <7%.

Cukor: A túlzott hozzáadott cukorbevitel túlsúly, illetve elhízás kialakulásához vezet, amely a diabétesz kialakulásában kockázati tényezőként jelentkezik.¹⁰

A WHO javaslata alapján a szabad cukrok napi bevitelét a teljes energiabevitel kevesebb, mint 10%-ára kellene csökkenteni, ami egy 2000 kalóriás étrend esetén 50 g cukornak felel meg.¹¹

Háttérinformáció:

A "szabad cukrok" kifejezés alatt azokat a monoszacharidokat (például glükóz és fruktóz) és diszacharidokat (például szacharóz vagy hétköznapi néven kristálycukor) értjük, melyeket egy élelmiszer-előállító, egy szakács vagy akár a fogyasztó ad az élelmiszerekhez, valamint azokat, melyek természetes formában vannak jelen például mézben, szörpökben, gyümölcslevegekben.

Só: Hazánkban, bár a korábbi felmérésekhez képest némileg csökkent a felnőttek nátriumfogyasztása, még mindig jelentős mértékben meghaladja az ajánlásokban szereplő napi 2 grammos maximális beviteli értéket, ami naponta legfeljebb 5 gramm konyhasónak felel meg. A magyar férfiak ennek több mint háromszorosát, a magyar nők több mint kétszeresét veszik fel naponta.¹² Kritikusan magas (az ajánlás 130 százaléka feletti) a férfiak közel 100%-ának, a nők 95%-ának nátriumbevitel. A hazai táplálkozási ajánlás az alacsonyabb sótartalmú termékek választásának ösztönzésével, illetve a háztartásokban az ételek ízesítésére használt sómennyiség csökkentésével igyekszik támogatni a lakosságot sófogyasztása visszaszorításában.

Saját márkás termékeinkre vonatkozó célkitűzések

A fent említett tudományos eredmények alapján célunk saját márkás termékeink sótartalmának, cukortartalmának, valamint telített

⁹ https://www.ogyei.gov.hu/otap_2014/

¹⁰ Magyar Diabétesz Társaság 2017-es szakmai ajánlás

¹¹ <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

¹² <http://real.mtak.hu/51739/1/650.2017.30744.pdf>

zsírsav tartalmának csökkentése.

Saját márkás termékeinket egytől-egyig ellenőrizzük

Ezáltal hatékonyabban működhetünk együtt beszállítóinkkal annak érdekében, hogy céljainknak megfelelően optimalizáljuk az egyes receptúrákat. Ez esetben az élelmiszer energiatartalmára összpontosítunk, amely megakadályozza például azt a helyzetet, hogy a cukortartalom csökkentése a zsírtartalom növekedését okozza, így a termék végül ugyanannyi vagy akár több kalóriát tartalmazhat, mint korábban. Amikor egy új termék receptúráját fejlesztjük, céljainkat a kezdetektől fogva szem előtt tartjuk.

3.3. Célunk: 2025-re 20%-kal kevesebb só és cukor

Elkötelezettek vagyunk a helyes táplálkozás aktív támogatása iránt, ezért kritikusan szemléljük saját márkás termékeinket, hogy lássuk, hogyan állják meg helyüket a legújabb tudományos eredmények kapcsán.

 	<p>Célunk, hogy saját márkás termékeinkben a hozzáadott cukor- és sótartalom értékesítési mennyiséggel súlyozott átlagát 20%-kal csökkentsük.</p> <p>A cukortartalom csökkentése elsősorban a gyermekek körében népszerű és általuk fogyasztott élelmiszerekre összpontosít.</p> <p>A só tartalom csökkentése azokra az élelmiszer-kategóriákra összpontosít, melyeket Magyarországon rendszeresen fogyasztanak és melyek általában a napi sóbevitel nagy részét teszik ki. A nátrium legnagyobb része olyan alapélelmiszerekkel, mint például a kenyerek, péksütemények és felvágottak kerül a lakosság szervezetébe.</p> <p>Egy átfogó cselekvési tervet határoztunk meg annak érdekében, hogy fokozatosan csökkentsük fogyasztóink napi cukor- és sóbevitelét.</p>	2025. január
	A csökkentési stratégia bevezetése.	2019
	A cselekvési terv megvalósítása a csökkentési stratégia részeként.	2019. február

3.3-1 ábra: Saját márkás termékeink csökkentési stratégiája

Hogyan kívánjuk stratégiánkat megvalósítani?

Célunk eléréséhez számos lépést határoztunk meg:

3.1.1 A cukor- és sótartalom csökkentése

Gyümölcsjoghurtjainkban például csökkentjük a hozzáadott cukor mennyiségét, miközben a gyümölcsstartalom változatlan maradt. Célunk, hogy fogyasztóink a saját márkás termékeink körében hozzászokjanak a kevésbé édes ízhez. A cukrot nem helyettesítjük mesterséges édesítőszerrel vagy cukorhelyettesítővel.

Továbbá a cukorral édesített saját márkás termékeink mellett csökkentett cukortartalmú és cukormentes alternatívákat is kínálunk azon fogyasztóinknak, akik szeretnék kevésbé energiadús, ugyanakkor édes termékeket fogyasztani.

3.1.2 A kiszерelési/adagolási egység csökkentése

Csökkentjük a magas energiatartalmú élelmiszerek kiszерelési egységét, ezáltal automatikusan csökken az egyszerre elfogyasztott cukor vagy só mennyisége. Ezt úgy is elérjük, hogy javaslatot teszünk a fogyasztási adagok méretére. A kiszерelési egységet csökkentettük például szeletes csokoládék esetében, a szeletek méretének csökkentésével a fogyasztó kevesebb cukrot juttat a szervezetébe.

3.1.3 Üzleteink termékpalettája

Vásárlóink számára nagyobb választékot kínálunk olyan alternatív termékekből, melyek kevesebb cukrot és sót tartalmaznak.

3.1.4 Marketing tevékenységünk az egészségesebb táplálkozásért

Számos partnerrel dolgozunk együtt annak érdekében, hogy tájékoztassuk a fogyasztókat arról, hogyan kell egészségesen táplálkozni. A Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének szakmai támogatásával a vállalat Egészségesen az iskolapadban! programja évek óta az egészséges táplálkozás fontosságára helyezi a fókuszot. A kezdeményezés célja, hogy felhívja a szülők figyelmét az iskolakezdéssel is összefüggő, a gyerekek táplálkozását befolyásoló kockázati tényezőkre, ezen kívül információkkal, ötletekkel és receptekkel segítse őket az egészséges étkezés érdekében. Az egészségtudatos táplálkozás és az egészséges életmód jelentőségére hívja fel a gyermekek és felnőttek figyelmét a Lidl Magyarország

Egészségnap programsorozata, melyen 2016 óta, az elmúlt két év alatt 25 alkalommal összesen 45 000 kisiskolás gyermek és családtagjai vettek részt.

Hogyan mérjük eredményeinket?

Eredményeink 100 g élelmiszer vagy 100 ml ital átlagos cukor- és sótartalom csökkenése alapján mérhetők, az évente Magyarországon értékesített árucikkek súlyozott értéke szerint.

Ez azt jelenti: hogy az adott évben, a magyarországi Lidl üzletekben értékesített termékek esetén, egy adott élelmiszer-kategórián belül meg kell határozni a hozzáadott cukor és só összmenyiségét, majd ezt kell elosztani az értékesített termékek összmenyiségével. A cél az arány évenkénti javítása. A jelenlegi arány tavalyival való összehasonlítása megmutatja, mennyit fejlődtünk.

Milyen élelmiszer-kategóriákra összpontosítunk?

A cukortartalom csökkentése elsősorban a gyermekek körében népszerű élelmiszerekre összpontosít. Ezáltal elsősorban az alábbi élelmiszer-kategóriákra fókuszálunk:

- Reggeli gabonafélék
- Desszertek
- Kekszek és édes péksütemények
- Cukorkák
- Készételek
- Joghurt/joghurtitalok
- Jégkrémek
- Édes, kenhető krémek
- Szószok (ketchup stb.)

Cukorcsökkentés a víz, üdítőitalok és ice tea példáján

Beszállítóinkkal közösen dolgozunk azon, hogy a cukortartalmat fokozatosan csökkentsük. Ezt részint az üdítőitalok cukortartalmának csökkentése által szeretnénk elérni, ezáltal kínálva több csökkentett cukortartalmú alternatívát fogyasztóink számára annak érdekében, hogy ebben a termékkategóriában inkább a vizet vagy ahhoz hasonló termékeket helyezték a középpontba.

A **só tartalom csökkentése** azokra az élelmiszer-kategóriákra összpontosít, melyeket Magyarországon rendszeresen fogyasztanak és amelyek általában a napi sóbevitel nagy részét teszik ki:

- Kenyér- és zsemlefélék
- Húsok- és kolbászfélék
- Késztermékek és pizzák
- Szószok
- Levesek
- Rágcsálnivalók
- Sós snackek, chipsek...

3.4. Néhány példa termékínálatunkból

A gyártási folyamatok, az összetétel és a tápanyagtartalom éppoly változatosak, mint maguk a saját márkás termékeink. Ezért minden egyes élelmiszert eltérő módon kell elemeznünk annak érdekében, hogy az íz befolyásolása nélkül a lehető legegészségesebb tápanyag-összetételt hozzuk létre.

Az alábbiakban néhány példán keresztül kívánjuk bemutatni sikertörténeteinket, valamint azt, hogy a jövőre vonatkozóan milyen konkrét célokat határoztunk meg magunknak.

3.4.1. Reggeli gabonafélék

A reggeli gabonafélék alapvetően egy egészséges reggeli választásnak számítanak, melyekkel csak jól indulhat a nap. Azonban a reggeli gabonafélék többsége túl sok cukrot tartalmaz, ezáltal táplálkozási szempontból sokkal inkább egyenértékűek egy édességgel, mint egy kiegyensúlyozott reggelivel.

A reggeli gabonafélék alaposabb vizsgálata:




2009-ben az Európai Bizottság az egészségre vonatkozó állításokról szóló rendelet értelmében javaslatot nyújtott be a tápanyag-összetételre vonatkozó állítások használatáról. A reggeli gabonafélék cukortartalmára vonatkozóan megállapított határérték 25,0 g/100 g. Ezt 2022-ig minden reggeliző gabonaféle (kivéve a Golden Puffs terméket) esetén meg akarjuk valósítani.

2015-ben a WHO Európai Regionális Irodája is közzétett egy tápanyagprofil modellt, mely még szigorúbb előírást tartalmaz, mint az Európai Bizottság javaslatot nyújtottja.

A Crownfield reggeliző gabonafélék 19%-a már megfelel a WHO előírásainak, cukortartalmuk 15,0 g/100 g. Ezt az arányt tovább kívánjuk optimalizálni annak érdekében, hogy 2022-ig a Crownfield reggeli gabonafélék egyharmada megfeleljen a WHO követelményeinek.

A Lidl elhatározása Crownfield reggeli gabonafélék cukortartalmára vonatkozóan

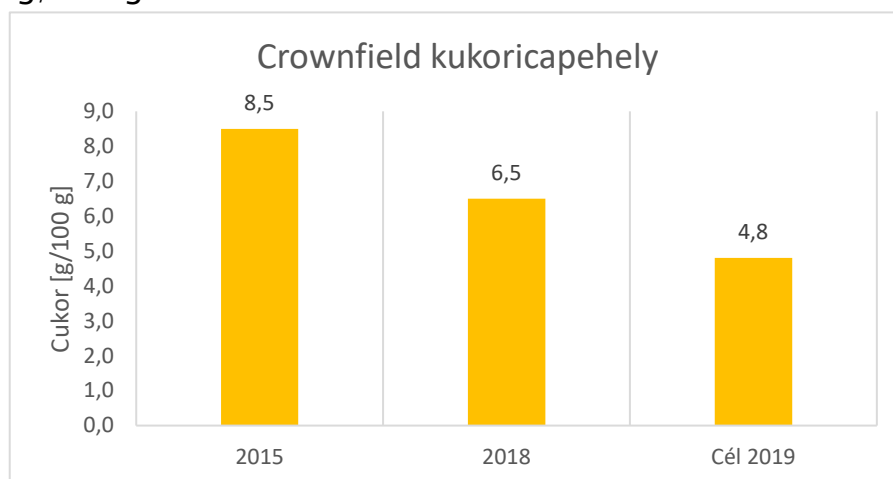
2008 óta fokozatosan csökkentjük Crownfield reggeliző termékeink összes cukortartalmát. 2008-ban az átlagos cukortartalom 30,0 g/100 g volt. 2017-re ez a szám 23,0 g/100 g-ra csökkent. Ma az átlagos cukortartalom 21,1 g/100 g. Célunk, hogy 2022 végére a Crownfield reggeli gabonafélék átlagos cukortartalma ne haladja meg a 18,5 g/100 g-os értéket.

<p>Cél</p> 	<p>A célunk, hogy minden Crownfield reggeli gabonafélénk megfeleljen az Európai Bizottság tápanyagprofiljában meghatározott 25 g/100 g-értéknek.</p> <p>Célunk, hogy 2022-re átlagosan 18,5 g/100 g-ra csökkentsük a cukortartalmat.</p> <p>Ezáltal a Crownfield reggeli gabonafélék egyharmada már meg fog felelni a WHO tápanyagprofiljában meghatározott cukortartalomnak.</p>	<p>2022. december</p>
<p>Start</p> 	<p>2008-ban az átlagos cukortartalom 30 g/100 g volt.</p> <p>2017-ben, az átlagos cukortartalom 23 g/100 g volt.</p>	<p>2008 2017</p>
<p>Jelen</p> 	<p>Ma az átlagos cukortartalom 21,1 g/100 g körül mozog.</p> <p>A Crownfield reggeli gabonafélék 19%-a már megfelel a WHO által előírt követelménynek, cukortartalmuk ugyanis legfeljebb 15 g/100 g.</p>	<p>2019. február</p>

3.4-1 ábra: Reggeli gabonafélék

Crownfield kukoricapehely:

A Crownfield kukoricapehely cukortartalma 8,5 g/100 g-ról 6,5 g/100 g-ra, azaz 24%-kal csökkent. A cél, hogy 2019 végére elérjük a 4,8 g/100 g cukortartalmat.



Készletünkben előfordulhat még néhány korábbi receptúra is.

3.4.2. Kövön sült pizza

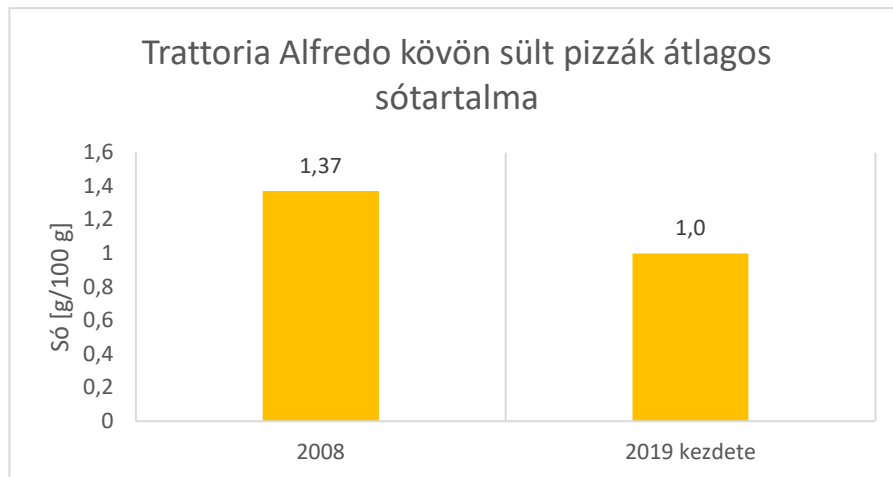
A fagyasztott pizza kifejezetten népszerű a magyarok körében: 2017 júliusa és 2018 júniusa között 17%-os növekedéssel 8 milliárd forint értékben vásároltunk belőle a kiskereskedelemben. Ez 6000 tonna pizzát jelent, ami 12%-os növekedés az előző év azonos időszakához képest.¹³ Ezen termékekre létezik egy WHO-

¹³ Nielsen (2018)

tápanyagprofil, mely a só-, zsír- valamint cukortartalomra összpontosít: a kövön sült pizzáink átlagosan már megfelelnek a profil követelményeinek mind az energia (max. 225 kcal/100 g), a zsír (max. 10,0 g/100 g) és telített zsírsavak (max. 4,0 g/100 g), a cukor (max. 10,0 g/100 g), illetve a só (max. 1,0 g/100 g) tekintetében.

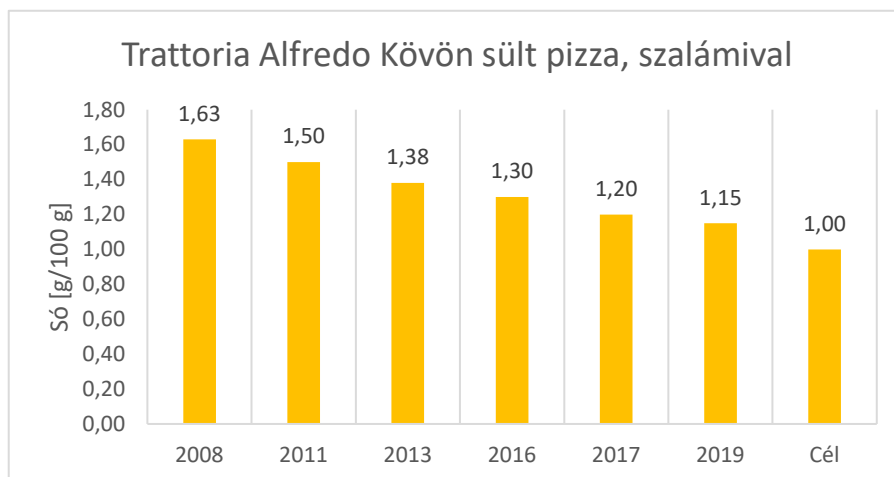
A Lidl elhatározása a „Trattoria Alfredo” kövön sült pizza sótartalmára vonatkozóan

Már 2008-ban elkezdtek fokozatosan csökkenteni a Trattoria Alfredo pizzáink átlagos sótartalmát. Akkoriban az átlagos sótartalmuk 1,37 g/100 g volt, mely azonban mára mintegy 27%-kal, kb. 1,0 g/100 g-ra csökkent. Ezzel célunk megvalósult.






Trattoria Alfredo – Kövön sült pizza, szalámmal

A kövön sült, szalámmal Trattoria Alfredo pizza sótartalma 2008 óta fokozatosan csökken. 2008-ban a sótartalom 1,63 g/100 g volt. Az 1,30 g/100 g sótartalommal rendelkező új receptúrát már 2016-ban elkezdtek értékesíteni. 2017 elején sikerült elérnünk az 1,2 g/100 g-os értéket. Ma a sótartalom értéke 1,15 g/100 g, mely összességében több mint 29%-os csökkenést jelent. Elméletben lehetséges, hogy terveinknek megfelelően 2019 végére a sótartalom 1,00 g/100 g-ra csökkenjen a kövön sült, szalámmal pizza esetén. Azonban ezt a lépést tudatosan nem léptük meg, ugyanis nem szeretnénk a jó ízt – mely számunkra elsődleges fontosságú – negatívan befolyásolni. Természetesen termékeink minőségének javítására tett erőfeszítéseink továbbra is folytatódnak.



Készletünkben előfordulhat még néhány korábbi receptúra is.

	<p>A cél, hogy minden kővön sült pizza sótartalmát 1,00 g/100 g-ra csökkentjük.</p> <p>Továbbá törekszünk arra, hogy kővön sült pizzáink megfeleljenek a WHO-tápanyagprofilnak.</p>	2019
	<p>2008-ban az átlagos sótartalom 1,37 g/100 g volt.</p>	2008
	<p>Ma az átlagos sótartalom 1,0 g/100 g.</p> <p>Kővön sült pizzáink átlagosan már megfelelnek a WHO-tápanyagprofilnak.</p>	2019. február

1. ábra – Kővön sült pizza

3.4.3. Előszüött kenyerek és zsemlik

Magyarországon, 2017-ben a háztartásban fogyasztott, egy főre jutó cereáliák mennyisége (86,3 kilogramm) az előző évhez hasonlóan alakult, ezen belül a kenyérfogyasztás kismértékben csökkent (37-ről 36,7 kilogrammra), a péksüteményeké pedig 11,3%-kal, 16,2 kilogrammra nőtt.¹⁴ 2018-ban a havi elfogyasztott élelmiszer-mennyiségben belül a cereáliák közül a különféle péksütemények fogyasztása 12,4 %-kal emelkedett, a kenyér-és tésztafélék volumene az előző évhez képest stagnált.¹⁵

¹⁴ KSH 2017 <https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/hazteletszinv/hazteletszinv17.pdf>

¹⁵ KSH 2018. május 30.

Mindennapi kenyérünk vagy inkább mindennapi sónk?

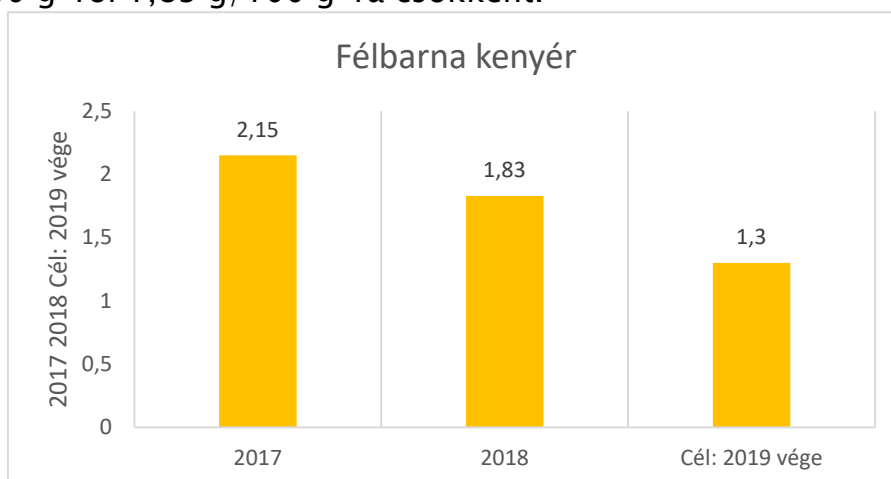
Az OTÁP 2014-es adatai alapján, a feldolgozott élelmiszerekből származó napi átlagos sóbevitel 34%-a fehér kenyérből, illetve félbarna kenyérből, míg 6%-a egyéb kenyerekből, pékárukból származik férfiak esetében; 29%-a fehér kenyérből, illetve félbarna kenyérből, míg 10%-a egyéb kenyerekből, pékárukból származik nők esetében. Éppen ezért indokolt, hogy a táplálkozási sóbevitelt különösen a kenyérfélék és sütőipari termékek körében csökkentjük. Ezért döntöttünk úgy, hogy elkezdjük a sótartalom csökkentésére irányuló erőfeszítéseinket és már az első mérföldkövet is sikerült elérnünk. Tényleges célokat tűztünk ki a sótartalom további csökkentése érdekében.

Frissen sült és kevésbé sós




Remélhetőleg az elkövetkezendő években az átlagos sótartalom tovább fog csökkenni. A Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásairól szóló rendelet szerint a megengedett sótartalom kenyerek esetén minimum 1,3%, illetve maximum 2,35%-os lehet.¹⁶ Ez azonban nem vonatkozik a perecekre, valamint egyéb olyan kenyér- és zsemlefélékre, melyek sóval szórtak vagy valamilyen magas sótartalmú összetevőt (például sajtot, olívbogyót) tartalmaznak.

Félbarna kenyér

2017 és 2018 között a félbarna kenyér sótartalma 15%-kal, 2,15 g/100 g-ról 1,83 g/100 g-ra csökkent.



¹⁶ 5/2016. (XII. 19.) FM rendelet a Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásairól szóló 152/2009. (XI. 12.) FVM rendelet módosításáról: Kenyerek (Élelmiszer-kategória az 1333/2008/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet szerint: 07.1.), 1.3. Minőségi követelmények

	Reméljük, hogy 2019 végére tovább csökken az átlagos sótartalom a Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásainak megfelelően, mely szerint a sótartalom minimum 1,3% illetve maximum 2,35%-os lehet.	2019. december
	2017-ben félbarna kenyereink sótartalma 2,15 g/100 g volt.	2017
	Mára félbarna kenyereink sótartalma elérte a 1,83 g/100 g értéket, mely megfelel a Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásainak.	2019. február

3.4-3 ábra: Elősütött kenyerek és zsemlefélek

3.4.4. Burgonyachips

Egyik buli sem teljes chips és a hozzá való mártogatós szósz nélkül. Azonban számos módja van annak, hogy ez a kiadós snack kevésbé tűnjön bűnös élvezetnek. Mind a só- mind a telített zsírsavtartalmat csökkenteni lehet anélkül, hogy a termék elvesztené ropogósságát. Ez esetben is konkrét kezdeményezésekkel és célokkal indultunk el, melyeket a 2019-es év végére fokozatosan kívánunk elérni.

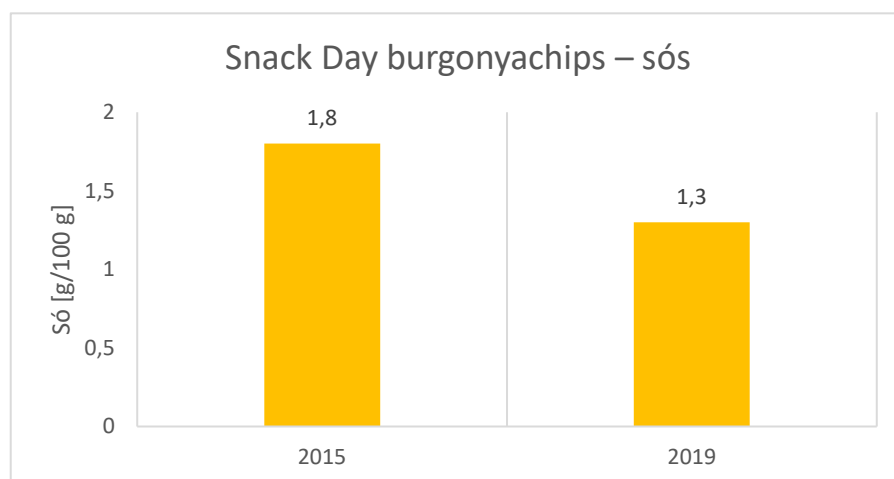
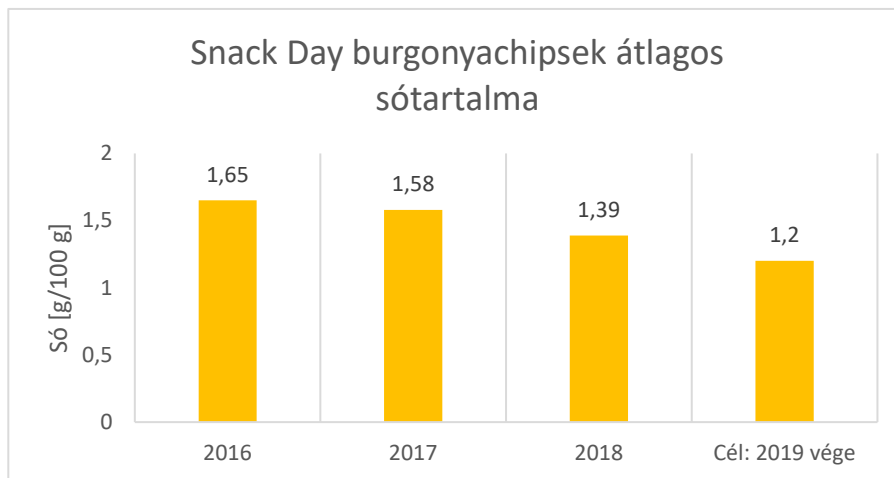
Gazdag íz, alacsony sótartalom

A britek által előírt sóértéket¹⁷ követjük, mely a burgonyachipsek esetén maximális sótartalomként 1,45 g/100 g-ot, illetve 1,31 g/100 g eladott mennyiséggel súlyozott átlag sótartalmat határoz meg. Az elmúlt években a receptúrák beállításával és egyéb javításokkal sikerült a burgonyachips átlagos sótartalmát több mint 15%-kal csökkentenünk, a jelenlegi érték így 1,39 g/100 g. A 2019-es év végére a sótartalmat tovább kívánjuk csökkenteni, így egy 1,20 g/100 g átlagos sótartalom elérésével már megfelelhetünk a Hollandiában érvényes kritériumoknak.¹⁸

17

<http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20180201180831/https://responsibilitydeal.dh.gov.uk/pledges/pledge/?pl=49>




18 In the Netherlands, the "National Agreement to Improve Product Composition" between the government and industry defines product-specific criteria. See: <https://www.akoordverbeteringproductsamenstelling.nl/afspraken-en-resultaten/sectorbrede-afspraken>



Készletünkben előfordulhat még néhány korábbi receptúra is.

Ropogós, de mégis más

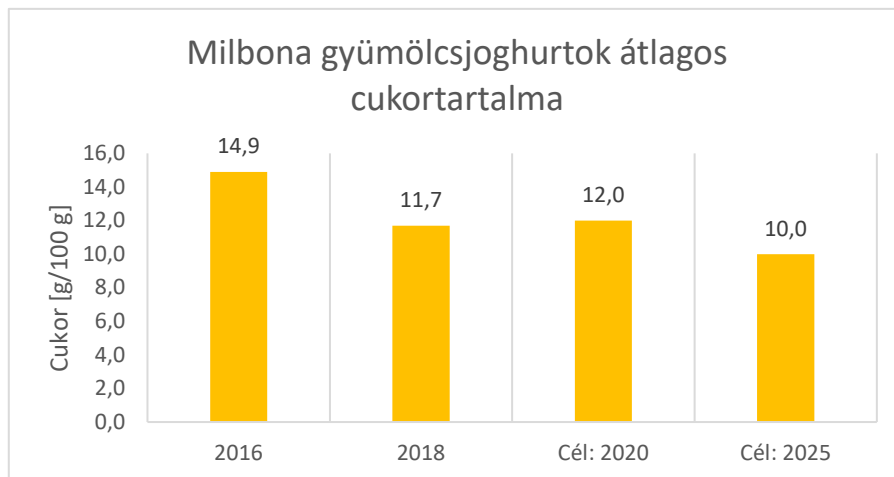
A Lidl volt az első kereskedő, aki 2009-ben a burgonyachipsben napraforgóolajjal helyettesítette a pálmaolajat. Ezáltal az átlagos telített zsírsavtartalom lecsökkent a 2,68 g/100 g-os szintre. Ez már megfelel a burgonyachipsre vonatkozó holland előírásnak, ami 5,0 g/100 g-ot ír elő. Következő lépésünk a zsírsavösszetétel optimalizálása a napraforgó- és a repceolaj kombinálása által, az Omega-3 és az Omega-6 zsírsavak jobb arányának elérése érdekében.

	<p>Célunk, az 1,20 g/100 g átlagos só tartalom elérése.</p> <p>A receptúrák módosítása azért, hogy a repceolaj felhasználása által javítsuk a zsírsavösszetételt.</p>	<p>2019. december</p>
	<p>Nem használunk pálmaolajat vagy pálmazsírt. Napraforgóolajra váltottunk.</p> <p>Burgonyachipsünk átlagos só tartalma 1,65 g/100 g volt.</p>	<p>2009 2016. október</p>
	<p>A Snack Day burgonyachipsünk átlagos só tartalma 1,39 g/100 g.</p> <p>Nem használunk pálmaolajat vagy pálmazsírt. A napraforgóolajra való áttérés megvalósult.</p>	<p>2019. február</p>

3.4-4 ábra: Burgonyachips

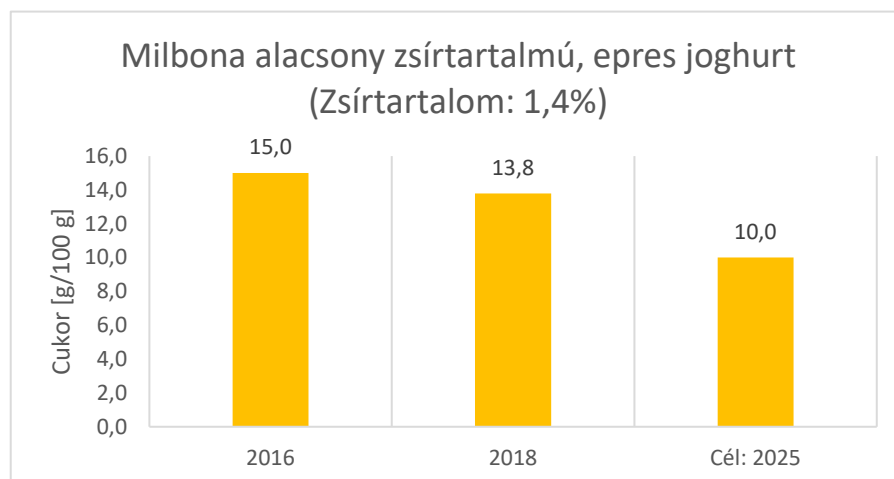
3.4.5. Gyümölcsjoghurt

A joghurtok a fiatalok és idősebbek körében egyaránt kedvelt termékek akár étkezések közt snackként vagy desszertként fogyasztva. A gyümölcsjoghurtok pedig különösen népszerűek. A tej és a tejtermékek, például joghurt, túró, aludttej, sajt kitűnő kalciumforrások, emiatt a hazai táplálkozási ajánlásban a napi fogyasztásra javasolt élelmiszercsoportok között szerepelnek. A kedvezőbb szív- és érrendszeri hatás miatt elsősorban az alacsonyabb zsír- és só tartalmú tejtermékek választása ajánlott. A gyümölcsjoghurtok azonban gyakran igen sok cukrot tartalmaznak, van, hogy több mint 10,0 g cukor van 100 g joghurtban. A WHO ajánlása alapján ez a maximális cukortartalom joghurtok esetén, amely megfelelő a gyermekek számára. Éppen ezért a joghurt cukortartalmának csökkentése elsődleges fontosságú. Célunk, hogy 2025 januárjáig a jelenlegi 14,1 g/100 g átlagos cukortartalmat 10,0 g/100 g-ra csökkentjük. Mivel maga a natúr joghurt is tartalmaz kb. 4,0 g/100 g természetes cukrot (laktózt), továbbá a gyümölcsnek is van egy bizonyos cukortartalma, így 100 g joghurtra vonatkoztatva a maximum 10,0 g cukortartalom elérése nagyon ambiciózus cél. Azonban a teljes cukortartalom csökkentése érdekében a gyümölcs mennyiségét nem kívánjuk csökkenteni. Ehelyett a hozzáadott cukor mennyiségét csökkentjük fokozatosan, a gyümölcstartalmat pedig növeljük.






A klasszikus: epres joghurt

A Milbona alacsony zsírtartalmú epres joghurtot már nagyító alá vettük és átalakítottuk. Sikerült a cukortartalmat 15,0 g/100 g-ról 13,8 g/100 g-ra csökkentenünk kevesebb hozzáadott cukor, valamint több eper és eperlé hozzáadása által. Joghurtunk jelenleg sokkal gyümölcsösebb és fogyasztóink visszajelzése alapján még finomabb, mint korábban. A joghurtokra vonatkozó 10,0 g/100 g cukortartalom elérése pedig továbbra is céljaink közt szerepel.



Készletünkben előfordulhat még néhány korábbi receptúra is.

 <p>Cél</p>	<p>A joghurt kategóriájában minden Milbona joghurt megfelel a WHO-tápanyagprofil által előírt 10,0 g/100 g cukortartalomnak.</p>	<p>2025. január</p>
 <p>Start</p>	<p>2016-ban az átlagos cukortartalom 14,9 g/100 g volt.</p>	<p>2016</p>
 <p>Jelen</p>	<p>Mára az átlagos cukortartalom 11,7 g/100 g körül mozog.</p>	<p>2019. február</p>

3.4-5 ábra: Gyümölcsjoghurtok és túrófélék

3.4.6. Üdítőitalok

A cukorral édesített italok mind a tinédzserek, mind a fiatal felnőttek körében népszerű szomjoltók. Az MDOSZ vonatkozó felmérései¹⁹ azt támasztják alá, hogy a túlsúly és az elhízás már a gyermekek körében is nagy számban fordul elő, ezért fontos kiemelt figyelmet fordítani az egészséges táplálkozásra, amelynek fontos része a megfelelő folyadékfogyasztás, a cukros üdítőitalok fogyasztásának mérséklése is.

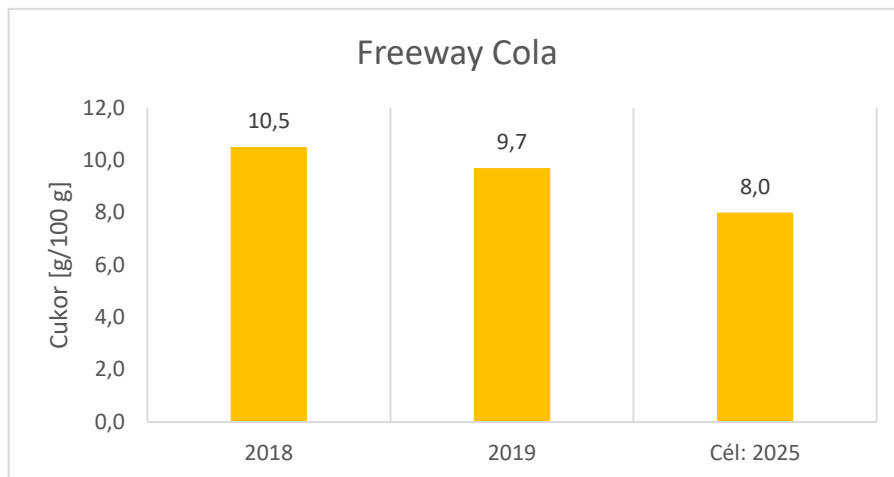
Ezért úgy döntöttünk, hogy 2025-ig fokozatosan csökkentjük a cukorral édesített üdítőitalok cukortartalmát. Célunk, hogy elérjük a maximális 8,0 g/100 ml cukortartalmat. Ez az érték ugyanis már megfelel az Európai Bizottság tápanyagprofilja által meghatározott 8,0 g/100 ml-es értéknek az alkoholmentes italok kategóriájában. A cukorral édesített italok mellett a fogyasztóknak lehetőségük van alacsony kalóriatartalmú, illetve cukormentes alternatívák közül is választani, mint például a Freeway Cola Zero.

Néhány termék esetén, mint például a kóla, a narancsos üdítő vagy a jeges tea, már 5-8%-kal csökkentettük a cukor mennyiségét. 2016-ban cukortartalmú üdítőitalaink átlagos cukortartalma 8,7 g/100 ml volt. Mára ez az érték 7,9 g/100 ml-re csökkent.

Freeway Cola

A Freeway Cola cukortartalma (2 l) 10,5 g/100 ml-ről 9,7 g/100 ml-re csökkent. Célunk, hogy 2025-re elérjük a 8,0 g/100 ml cukortartalmat.

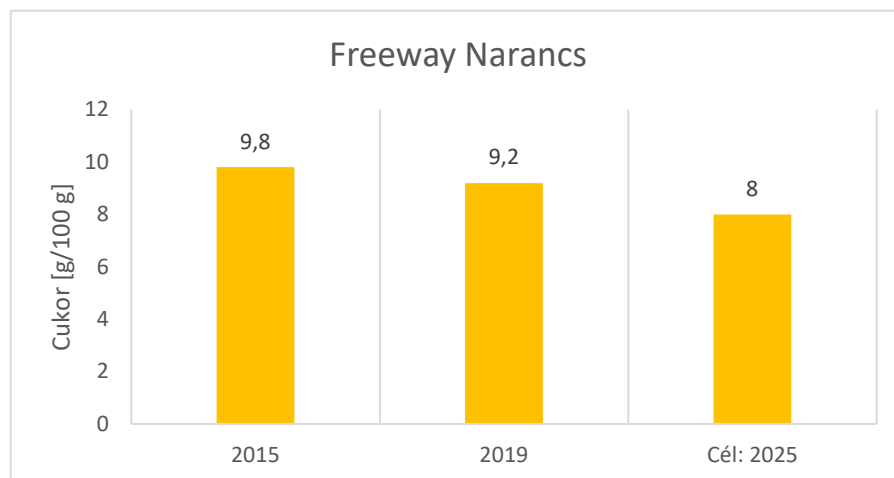
¹⁹ https://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2015/12/Kozlemeny_EPODE_FIN_20150219.pdf



Készletünkben még elérhető néhány korábbi receptúra is.

Freeway Narancs 3%

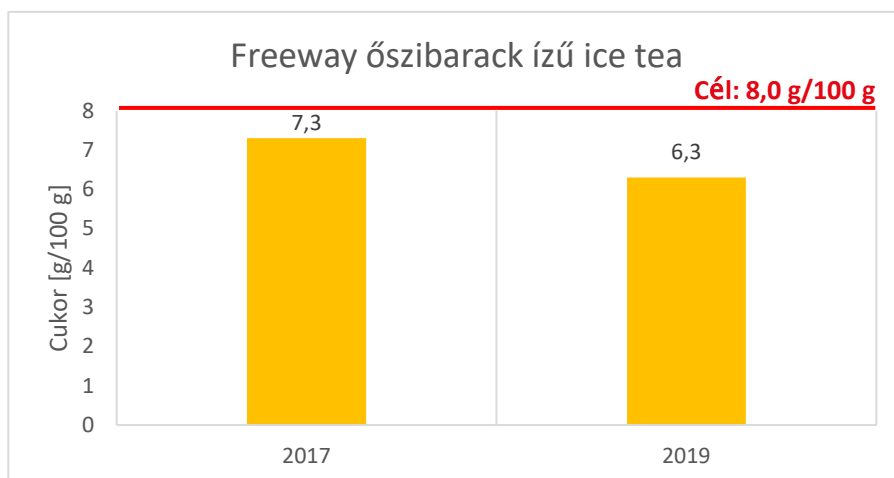
A Freeway Narancs 3% cukortartalma (2 l) 9,8 g/100 ml-ről 9,2 g/100 ml-re csökkent. Célunk, hogy 2025-re ezt az értéket 8,0 g/100 ml-re csökkentsük.





Készletünkben még elérhető néhány korábbi receptúra is.

Freeway Őszibarack ízű ice tea 0,5 l

A Freeway őszibarack ízű ice tea (0,5 l) átlagos cukortartalma 7,3 g/100 ml-ről 6,3 g/100 ml-re csökkent. 2025-re a cukortartalom fokozatos csökkentését tervezzük. Az Európai Bizottság tápanyagprofilja által előírt 8,0 g/100 ml-es értéket már sikerült elérnünk.



Készletünkben előfordulhat még néhány korábbi receptúra is.

Cél	Célunk, hogy cukortartalmú üdítőitalaink cukortartalmát fokozatosan csökkentjük és ezáltal megfeleljünk az Európai Bizottság tápanyagprofilja által meghatározott 8,0 g/100 ml-es cukortartalomnak.	2025. január
Start 	A cukorral édesített üdítőitalaink átlagos cukortartalma 7,3 g/100 ml volt.	2017
Jelen 	A cukorral édesített üdítőitalaink átlagos cukortartalma 6,3 g/100 ml .	2019. február

3.4-6 ábra: Üdítőitalok

3.5. Az ételmiszer-összetevők megváltoztatásának jogi korlátai

Termékeink optimalizálásának lehetőségei a termék típusától, az összetevőktől és a feldolgozási módszerektől függően változnak, ezért céljainkat az egyes termékekhez igazítjuk. Biztosak vagyunk abban, hogy elérhetjük az általunk kitűzött célokat.

Néha lehetőségeink azonban korlátozottak, például amikor egy adott termék összetételét jogszabályi előírás határozza meg.

4. Gondosan válogatott élelmiszer-összetevők

A minőségi termék előállításához elengedhetetlen a megfelelő minőségű összetevők kiválasztása és felhasználása. Magas elvárásaink vannak e tekintetben, az általunk kínált termékek megfelelő ízt és minőséget kell, hogy biztosítsanak fogyasztóink számára. Ez az oka annak, hogy szigorú feltételrendszert határoztunk meg a megfelelő összetevők kiválasztásához. A következő pontokban részletezett összetevők különös fontossággal bírnak számunkra.

4.1. Színezékek

Mik azok az élelmiszer-színezékek és miért használják az élelmiszerekben?

Az élelmiszereknél a szín az első számú észlelhető indikátora a minőségnek. Színezékeket adnak az élelmiszerekhez annak érdekében, hogy azok megfeleljenek a fogyasztók által a termék színével szemben támasztott követelményeknek. Színezékeket adnak továbbá szintelen élelmiszerekhez is, mint például a különféle édességek esetében, jelzésként a termék ízére vonatkozóan. Például a zöld színű gumimaci alma ízt jelez, míg a citromsárga színű gumimaci a citrom ízére utal.

Miért vitatott egyes színezékek alkalmazása?

Egy, a Southamton-i Egyetem által 2007-ben kiadott tanulmány szerint bizonyos azoszínezékek, továbbá a kinolinsárga elnevezésű színezék hiperaktivitást és figyelemzavarokat okozhat gyermekek esetében. Ezek a színezékek felsorolásszerűen jelöltek az EU-s élelmiszer-adalékanyagokról szóló rendeletben. Minden olyan élelmiszer vagy ital csomagolását, amely ezeket a színezékeket tartalmazza, a következő figyelmeztető szöveggel kell ellátni: "A gyermekek tevékenységére és figyelmére káros hatást gyakorolhat".

Mi a jelenlegi jogi háttér?

Az Európai Unióban az élelmiszer-színezékek használata az élelmiszer-adalékanyagokról szóló rendelet által szabályozott. Csak az Európai Élelmiszer-biztonsági Hatóság (EFSA) által ellenőrzött és biztonságosnak ítélt színezékek használata engedélyezett. A

különböző színezékeket tartalmazó élelmiszerek csomagolásán fel kell tüntetni a “színezék(ek)” funkciós csoport megnevezést, melyet a színezék neve vagy E száma követ. Az egyértelmű jelölés érdekében a Lidl termékek csomagolásán minden esetben az adalékanyag(ok) neve van feltüntetve.

Háttérinformáció:

A jóváhagyott élelmiszer-színezékek természetes vagy mesterséges eredetű adalékanyagokként csoportosíthatók, ugyanakkor nincs általánosan elfogadott definíció ezen anyagok esetében. A természetes színezékek is előállíthatók szintetikusán, ugyanakkor kémiai szerkezetük megegyezik a természetben is megtalálhatóval. Ezzel szemben a mesterséges színezékek kémiai szerkezete nem található meg a természetben. Ebben a tekintetben a Hamburgi Fogyasztói Központ (*Verbraucherzentrale Hamburg*) rendszerezését követjük.²⁰

Az élelmiszer-színezékek nem összetévesztendőek az úgynevezett “színező hatású élelmiszerekkel”. Ezek természetes eredetű élelmiszerek, melyek színező adottságokkal (pigmentekkel) rendelkeznek, ilyen például a céklalé. Ezek az összetevők a “színező(k)” kifejezéssel vannak jelölve az összetevőlistában, tehát amennyiben a céklalevet elsősorban színező hatása miatt adták az élelmiszerhez, akkor azt a következőképpen jelölik az összetevők között: “színező: céklalé”.




A Lidl Magyarország színezékekre vonatkozó elhatározásai

Évek óta céljaink között szerepel, hogy az alkoholos italok kivételével azoszínezék nélküli termékeket kínáljunk a fogyasztóink számára. A jövőbeli lépéseink között szerepel továbbá, hogy kínált élelmiszereink ne tartalmazzák a kinolisárga, a kárminok, az eritrozín és a zöld S elnevezésű színezékeket sem, mert ezek károsak lehetnek a kisgyermekek egészségére.

Lehetőségeinkhez mérten kerüljük a mesterséges színezékek használatát termékeinkben. Kritikus szemmel felülvizsgáljuk az összes Lidl saját márkás termék esetében a felhasznált színezék szükségességét. Amennyiben a termék színezésére használt összetevő nem hagyható el, a színezékekkel szemben előnyt élvez a színező élelmiszerek használata. Például színező élelmiszereket

²⁰ What are E-numbers? Food additives list, Verbraucherzentrale Hamburg e. V. 67. Edition: January 2015

alkalmazunk az összes "Sugarland" gyümölcsös gemicukorkánk, illetve az "amane schLECKER" cukorkáink esetében is.

<p>Cél</p> 	<p>Célunk, hogy termékpalettánk jelentős részében színező élelmiszereket és természetes színezékeket alkalmazzunk mesterséges színezékek helyett.</p> <p>Célunk továbbá teljesen elhagyni a kinolinsárga, a kárminok, az eritrozín és a zöld S színezékeket 2020 decemberéig:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elhagyni a kinolisárga és a zöld S színezékek használatát; • eritrozint csak koktél cseresznye termékünk esetében alkalmazni; • kárminok használatát háttérbe szorítani. 	<p>2020. december</p>
<p>Start</p> 	<p>Első lépés: az azoszínezékek használatát természetes színezékek segítségével elhagyni.</p>	<p>2009</p>
<p>Jelen</p> 	<p>Változtatási kezdeményezésünk miatt, jelenleg termékpalettánk több terméke esetében is színező élelmiszereket és természetes színezékeket alkalmazunk mesterséges színezékek helyett.</p>	<p>2019. február</p>

4.1-1 Ábra Élelmiszer-színezékek

4.2. Tartósítószer

Mik azok a tartósítószer és miért használjuk őket?

A tartósítószer olyan adalékanyagok, amelyek célja a mikroorganizmusok szaporodásának megakadályozása az élelmiszerekben, hogy azok hosszabb ideig megőrizték frissességüket.

Háttérinformáció:

Az emberiség évszázadok óta tartósítja élelmiszereit. Korábban az ételek eltarthatóságának növelésére a szárítás, sózás vagy érlelés, füstölés, illetve a termékhez adott cukor vagy ecet és a hűtés lehetősége állt fenn. Az élelmiszer-feldolgozás folyamatával, a fogyasztók igényeinek folyamatos növekedésével, illetve az állandó minőség, mennyiség és elérhetőség biztosításának igényére a gyártók új tartósítási módszereket kezdtek alkalmazni. Ezek az új tartósítószerke lehetővé tették az olyan termékek minőségmegőrzési idejének megnövelését, melyek a hagyományos módszerekkel nem kivitelezhetők. Ennek eredményeként ma már a termékek széles köre elérhető évszaktól és területtől függetlenül.

Miért vitatott egyes tartósítószerke alkalmazása?

Egyes tartósítószerke alkalmazása vitatott, ugyanis például a felhasznált szulfitek (borokban és aszalt gyümölcsökben alkalmazva) vagy a benzoosav származékok (savanyított zöldségekben vagy halkészítményekben alkalmazva) allergiás reakciót válthatnak ki az arra érzékeny személyeknél.

A nitritek alkalmazása húskészítményekben ugyancsak vitatott. A nitritek jelenlétével összefüggésbe hozható az úgynevezett nitrózamin vegyületek kialakulása, melyek rákkeltő hatással bírnak. Ugyanakkor a nitritek az egyik legmegbízhatóbb, patogén mikroorganizmusok növekedését gátló hatással rendelkező adalékanyagok. Húskészítmények esetében a legbiztonságosabb és leghatásosabb tartósítószerként tartják számon.

Háttérinformáció:

A patogén baktériumok olyan mikroorganizmusok, melyek emberek fertőző megbetegedéseit okozhatják. Ezek a baktériumok a nem megfelelő higiénias állapotoknak köszönhetően, illetve környezeti vagy mezőgazdasági eredetű szennyeződésként kerülhetnek az élelmiszerekbe. Az élelmiszer-eredetű patogének a fertőzött élelmiszer elfogyasztásával juthatnak a szervezetbe. A Salmonella egy jól ismert példa erre. Ez a fertőzés súlyos gasztrointesztinális problémákat okozhat, és akár életveszélyes is lehet, különösen gyermekek, terhes nők, idős, valamint legyengült szervezetű emberek körében²¹

Mi a jelenlegi jogi háttér?

Mint minden adalékanyag esetében, így a tartósítószerre vonatkozóan is az EFSA feladata azok biztonságosságának felülvizsgálata. Általános szabályként értelmezhető, hogy adalékanyagok csak akkor alkalmazhatók, amennyiben a rendelkezésre álló tudományos bizonyítékok értelmében a javasolt felhasználási szinten (jelen esetben tartósítószerre vonatkozóan) nem jelentenek kockázatot a fogyasztók egészségére nézve, illetve jelenlétük technológiailag indokolt. A tartósítószereket tartalmazó élelmiszerek csomagolásán fel kell tüntetni az adalékanyag funkciós csoportját, mely tartósítószer esetében a "tartósítószer(ek)" kifejezés, amit az adalékanyag nevének vagy E számának feltüntetése követ. Az egyértelmű jelölés érdekében a Lidl termékek csomagolásán minden esetben az adalékanyag(ok) neve van jelölve.

A Lidl Magyarország tartósítószerre vonatkozó elhatározásai

Célunk a tartósítószer felhasználásának csökkentése, amennyire csak lehetséges vagy használatuk teljes kiküszöbölése, amennyiben az élelmiszerek biztonságosságát ez nem veszélyezteti. Bizonyos termékek esetében, mint a kolbászok, felvágottak és húsok, a tartósítószer teljes elhagyása élelmiszer-biztonsági okokból nem lehetséges, hiszen ennek eredményeként akadálytalan lenne a patogén baktériumok szaporodása.

²¹ https://www.bfr.bund.de/de/bewertung_mikrobieller_risiken_von_lebensmitteln-674.html (August 8, 2018)

Azt a követelményt határoztuk meg beszállítóinknak, hogy termékeiknek élelmiszer-biztonsági szempontból kifogástalannak kell lenniük és olyan hosszú eltarthatósági idővel kell, hogy rendelkezzenek, amennyire az lehetséges, anélkül, hogy tartósítószer alkalmaznának a gyártás során. Ennek eredményként már sikerült elhagyni néhány italunkból a tartósítószereket az úgynevezett "hideg aszeptikus töltés" technológiának köszönhetően (a termék aszeptikus körülmények között történő palackozása).

Az összesen tizenkét termékből álló Pikok Pure termékcsalád egyedülálló a húskészítmények között. A kizárólag természetes összetevőkből, adalékanyagtól és színezéktől mentes termékek, mint ahogy az elnevezésük is mutatja – „pure” szó jelentése „tisztá” –, a tudatos választás jegyében készültek: húsból, tartósítószer és ízfokozó nélkül, csupán só és fűszerek felhasználásával. A termékcsaládban helyet kaptak a cukormentes, gluténmentes és egyéb allergéntől mentes termékek is, hogy a speciális táplálkozási igényekkel élők is megtalálják a kínálatban a számukra megfelelő terméket. A Hamburgi Fogyasztói Központ javaslatot tett a hexametilén-tetramin, a bórsav és a nátrium-tetraborát (bórax) adalékanyagok felhasználhatóságával szemben. A vállalat elkötelezett amellett, hogy ezen tartósítószer alkalmazását saját márkás termékek esetében kerülje.

Ugyancsak a Fogyasztói Központ létrehozott egy "Kisgyermeknek nem javasolt" tartósítószereket tartalmazó listát. Nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy ezeket a tartósítószereket a közeljövőben elhagyjuk az élelmiszereinkből, amennyiben ez technológiailag kivitelezhető. A nitritek-nitrátok (E 249–252) a fentebb részletezettek értelmében a gyermekeknek nem ajánlott tartósítószer közé tartoznak, ugyanakkor élelmiszer-biztonsági okokra hivatkozva, egyelőre nem célunk elhagyni ezt a húsok, felvágottak, valamint kolbászok esetében.

<p>Cél</p> 	<p>Célunk a tartósítószerek felhasználásának csökkentése, amennyire csak lehetséges vagy használatuk teljes kiküszöbölése, amennyiben az élelmiszerek biztonságosságát ez nem veszélyezteti.</p> <p>Felülvizsgáljuk a tartósítószer tartalmazó termékeinket annak ellenőrzésére, hogy minden esetben szükséges-e a tartósítószer használata.</p> <p>További technológiai lehetőségeket keresünk annak érdekében, hogy a termékeink hosszú fogyaszthatósági idejűek és biztonságosak legyenek tartósítószer alkalmazása nélkül is.</p>	<p>2020. december</p>
<p>Start</p> 	<p>Az emberiség a kezdetek óta alkalmaz különböző tartósítási módszereket.</p> <p>Az EFSA 2008-ban létrehozta az Élelmiszer-adalékokkal és Élelmiszerekhez adott Tápanyagforrásokkal Foglalkozó Tudományos Testületet.</p>	<p>2008</p>
<p>Jelen</p> 	<p>A legtöbb tartósítószerrel készült termékünk nitrites pácstól tartalmaz a hosszabb eltarthatóság és az élelmiszer-biztonság érdekében.</p> <p>Pikok Pure húskészítmény termékcsalád teljesen tartósítószer-mentes.</p>	<p>2019. február</p>

4.2-1 Ábra Tartósítószer

4.3. Aromák

Mik azok az aromák és miért alkalmazzák élelmiszerekben?







Fontos, hogy mértékkel alkalmazzunk aromákat, hiszen az ételek túl ízesítettek lehetnek, így a gyermekek könnyen rosszul tanulják meg, hogy az élelmiszereknek milyen is az ízük valójában.

Csak akkor szeretnénk aromákat használni, ha alkalmazásuk szükséges és el szeretnénk hagyni azokat, amennyiben ez lehetséges. Természetesen a receptúránk átdolgozásakor a fő szempont továbbra is a megfelelő íz elérése.

Amennyiben aromát adunk termékeinkhez, akkor az csak kivonat formájában vagy természetes aromaként kerülhet a termékekbe. Cseresznyekivonat esetében az összetevő 100% cseresznyéből származik, természetes cseresznyearoma esetében az összetevő 95%-a származik cseresznyéből.

Fejlesztjük és optimalizáljuk a receptúránkat, de természetesen a legfontosabb a megfelelő íz kialakítása. Ha a kívánt íz nem érhető el aromák nélkül, vagy csak természetes aromákkal, illetve kivonatokkal, abban az esetben mesterséges aromaanyagokat is

felhasználunk.

 	<p>Célunk felülvizsgálni az aromákat tartalmazó termékeinket annak megállapítására, hogy minden esetben szükséges-e aromák alkalmazása.</p> <p>Célunk továbbá a mesterséges aromák mellőzése, amennyire ez lehetséges.</p>	2020. december
 	<p>Első lépések a mesterséges aromák helyettesítésére természetes aromaanyagokkal.</p>	2009
 	<p>Folyamatos monitorozás alatt tartjuk termékeinket a természetes aromák, kivonatok és mesterséges aromák arányára vonatkozóan.</p>	2019. február

4.3-1 Ábra Aromák

4.4. Zsírok (hidrogénezett zsírok, transz-zsírok, telített és telítetlen zsírok)

Mik azok a telített és telítetlen zsírok és mi ezek funkciója?

A zsírok és az olajok telített és telítetlen zsírsavakat is tartalmaznak, melyek különböznek táplálkozási-fiziológiai tulajdonságaik alapján. Az étkezés során bevitt nagy mennyiségű telített zsír növeli a kardiovaszkuláris (a szívet és a keringési rendszert érintő) megbetegedések kockázatát. Emiatt az egészséges táplálkozásnak nagy százalékban kellene telítetlen zsírsavakat tartalmaznia. A telítetlen zsírsavak egyik alcsoportja az Omega-3 és az Omega-6 zsírsavak. Ezek a vegyületek fontos szerepet látnak el a szervezetben, gyulladáscsökkentő hatással bírnak, valamint a koszorúér-megbetegedések megelőzésében is szerepet játszhatnak. Ez a betegség akkor alakul ki, ha a szívizmokban a vér áramlása lelassul vagy blokkolódik.

Háttérinformáció:

Telített zsírsavakat elsősorban állati eredetű zsírok tartalmaznak, de megtalálhatók a kókuszszírban, a pálmamagolajban, pálmaolajban és a hidrogénezett növényi olajokban is. A telítetlen zsírsavak növényi olajokban vannak jelen, mint például a repceolaj és a napraforgóolaj, de ugyancsak előfordulnak olajos halakban vagy diófélékben is.

A Lidl Magyarország telített és telítetlen zsírsavakra vonatkozó elhatározásai

Célunk a lehető legmagasabb telítetlen zsírsav koncentráció elérése a termékeinkben. Emiatt a Choco Nussa mogyoró-nugát krémjeink esetében helyettesítettük a pálmaolaj egy részét repce- és napraforgóolajjal, melyek mindegyike magas telítetlen zsírsavtartalommal rendelkezik.

Ugyancsak jövőbeni terveink között szerepel napraforgó- és repceolaj keverékének felhasználása burgonyachips termékeink esetében is, hiszen ezek az olajok viszonylag magas Omega-3 zsírsavtartalommal rendelkeznek.

Hogyan alakulnak ki a transz-zsírsavak és milyen hatással rendelkeznek?

A telítetlen zsírsavak nem kívánatos alcsoportja a transz-zsírsavak csoportja.

Háttérinformáció:

A transz-zsírsavak természetes úton alakulnak ki a kérődző állatok szervezetében lejátszódó, az úgynevezett mikrobiális biohidrogénező folyamatnak köszönhetően. Ennek következtében a transz-zsírsavak természetes módon előfordulnak a tejtermékekben és a húsban.

Ugyancsak létrejöhetnek transz-zsírsavak az olajok és zsírok feldolgozási folyamata során, melyek mesterséges transz-zsírsavként is ismertek.

A legtöbb transz-zsírsav akkor képződik, amikor folyékony halmazállapotú növényi olajokat részben hidrogéneznek annak érdekében, hogy félszilárd vagy szilárd állományú zsírokat kapjanak. A részben hidrogénezett zsírok az élelmiszerek előállításának folyamatában fontos szerepet játszanak tekintettel kedvező technológiai tulajdonságaikra (lágy textúra, jó formálhatóság). Azonban a transz-zsírsavak kedvezőtlen hatást gyakorolhatnak a szervezetre és nem kívánatos összetevőknek tekinthetők. A transz-zsírok növelik a kedvezőtlen LDL koleszterinszintet és csökkentik a kedvező hatású HDL koleszterinszintet. Ez növeli a koszorúér-megbetegedések kialakulásának veszélyét. Ez a betegség akkor alakul ki, ha a szívműködésben a vér áramlása lelassul vagy blokkolódik.

Milyen élelmiszerekben található meg a transz-zsírsavak?




Elsősorban a gyorsételekben, snackekben, kekszekben, ostyákban, sült termékekben és szendvicsskrémekben fordulnak elő transz-zsírsavak. Ugyanakkor a sült ételek csak akkor tartalmazzák nagyobb mennyiségben a vegyületet, amennyiben azokat részben hidrogénezett olajban vagy zsírban készítették el.

Mi a jelenlegi jogi háttér?

A transz-zsírsav mennyiségének korlátozására vonatkozóan már több országban jelentek meg határértékek, így Dániában, Ausztriában, Magyarországon, Izlandon, Norvégiában, Lettországon, Litvániában, Szlovéniában és Svájcban. Hazánkban 2013 óta külön jogszabály, a 71/2013 (XI.20) EMMI rendelet rendelkezik az élelmiszerek transz-zsírsav tartalmának megengedhető legnagyobb mennyiségéről, valamint a lakosság transz-zsírsav fogyasztásának folyamatos monitorozásáról. A rendelet értelmében hazánkban nem hozható forgalomba olyan élelmiszer, amelynek transz-zsírsav tartalma meghaladja a 2 grammot a termék zsírtartalmának 100 grammjára vetítve. Az alacsony zsírtartalmú (20% alatti) élelmiszerek esetében ez a határérték 4 gramm, az igen alacsony zsírtartalmú (max 3%) élelmiszerekben pedig 10 g/100 g zsír.

A Lidl Magyarország transz-zsírokra vonatkozó elhatározásai

Kitűzött célunk, hogy termékeink 2,0 g/100 g zsír határértéket meghaladóan ne tartalmazzanak transz-zsírsavakat. Ez az érték egyezik a legtöbb országban meglévő követelménnyel. Annak érdekében, hogy minimalizáljuk termékeink transz-zsírsav tartalmát, célunk, hogy ha lehetőség van rá, termékeink előállítása során ne alkalmazzunk hidrogénezett zsírokat. Ugyanakkor néhány terméknél ez sajnos kivitelezhetetlen, például a napraforgóolajból előállított margarin esetében, mert a megfelelő állomány kialakítása érdekében elengedhetetlen a napraforgóolaj szilárd halmazállapotának elérése, mely hidrogénezéssel valósítható meg.

	<p>Elérni a Dániában már meghatározott, transz-zsírsavakra vonatkozó, 2.0 g/100 g zsír határértéket.</p> <p>Javítani a termékek zsírsavösszetételét, például repceolaj felhasználásával.</p>	<p>A lehető leghamarabb</p>
	<p>A pálmaolaj helyettesítése napraforgóolajjal, például a burgonyaalapú chipsek esetében.</p>	<p>2009</p>
	<p>Nem hidrogénezett zsírok használata, amennyiben ez technológiailag megoldható.</p> <p>Choco Nussa mogyoró-nugát krémjeink már a pálma-, repce- és napraforgóolaj keverékét tartalmazzák.</p>	<p>2019. február</p>

4.4-1 Ábra Zsírok

4.5. Pálmaolaj

Honnan származik a pálmaolaj és milyen előnyökkel jár a használata?

A pálmaolaj az olajpálma húsos gyümölcséből előállított, világszerte az egyik leggyakrabban alkalmazott növényi olaj. Tekintettel arra, hogy az olajpálma évelő és egész évben terem, így különösen nagy hozamú növénynek számít az egyéb olaj gyártására alkalmas növényekkel szemben. A pálmaolaj fizikai adottságai is kiemelkedőek. Más növényi olajokkal szemben, melyek állománya szobahőmérsékleten folyékony, híg, addig a pálmaolaj félkemény textúrájú, így hidrogénezése nem szükséges. Ahogy a 4.4-es pontban részleteztük, a Lidl próbálja elkerülni a transz-zsírsavak jelenlétét a termékeiben.

Háttérinformáció:

Gazdaságosságának és sokoldalúságának köszönhetően a pálmaolaj-előállítás világviszonylatban 2002 és 2016 között a duplájára nőtt. A termelés fokozása miatt azonban erdőket irtanak ki, nagyobb méretű termőterületet biztosítva így az olajpálma telepítésére. Ez jelentősen hozzájárul az üvegházhatás kialakulásáért felelős gázok kibocsátásának növekedéséhez, illetve számtalan állatfaj életét veszélyezteti. A további természetrombolás elkerülése érdekében a Természetvédelmi Világalap (WWF) létrehozta az úgynevezett Fenntartható Pálmaolaj Keresztelt (RSPO). Tagjainak feladata meghatározni azokat a kritériumokat, amelyek lehetővé teszik a fenntarthatóbb pálmaolaj-termelést. Például erdőket és értékes területeket nem lehet olajpálma-ültetvények telepítésére áldozni.

Milyen hatással van a pálmaolaj az egészségre?




A pálmaolaj nagy mennyiségben tartalmaz telített zsírsavakat, melyek fogyasztása megnöveli a trigliceridek (vérzsírok) mennyiségét. A pálmaolaj magas hőmérsékleten történő hevítése ugyancsak növeli bizonyos zsírsavészterek kialakulását (3-MCPD), melyek vélhetően rákkeltő hatásúak. A 3-MCPD kialakulásáról és tulajdonságairól bővebben a 2.2 pontban olvashat.

A Lidl Magyarország pálmaolajra vonatkozó elhatározásai

Célunk minimalizálni élelmiszereinkben a felhasznált pálmaolaj mennyiségét vagy lecserélni azt más növényi zsírokra, olajokra, amennyiben ez lehetséges. 2009-re a burgonyachipsünkben lecseréltük a pálmaolajat napraforgóolajra, illetve kekszeink kb. 12,5%-a már pálmaolajmentes.

Azokban az esetekben, amikor a pálmaolaj nem helyettesíthető, támogatjuk a fenntartható gazdaságokban előállított pálmaolaj használatát.

A Lidl pálmaolajjal kapcsolatos álláspontjáról további hasznos információkat tudhat meg a "Pálma(mag)olaj fenntartható beszerzésére vonatkozó állásfoglalás" című dokumentumban.²²

	Minimálisra csökkenteni vagy lecserélni a pálmaolajat élelmiszereinkben, amennyiben ez lehetséges.	A lehető leghamarabb
	A Harvest Basket gyorsfagyasztott burgonyatermékek, illetve a Snack Day burgonyachipsek esetében a pálmaolajat napraforgóolajjal helyettesítettük.	2009
	Jelenlegi termékpalettánk ellenőrzése annak érdekében, hogy a pálmaolaj-tartalmat tovább csökkentsük vagy teljesen helyettesítsük. Kekszeink 12,5%-a már pálmaolajmentes .	2019. február

4.5-1 Ábra Pálmaolaj

²² https://www.lidl.hu/statics/lidl-offering-hu/ds_doc/Lidl_fenntarthato_beszerzes_palmaolaj.pdf

4.6. Vitaminok és ásványi anyagok

Milyen funkciókkal rendelkeznek a vitaminok az emberi szervezetre nézve?

A vitaminok olyan szerves vegyületek, amelyekre az emberi test megfelelő működéséhez van szükség. Olyan esszenciális vegyületek, melyek szintetizálására az emberi szervezet nem, vagy nem kielégítő mértékben képes, így tápanyag formájában kénytelen hozzájutni. A vitaminok elsősorban gyümölcsökben, zöldségekben és gabonákban találhatóak meg. Takarmányozás révén jutnak az állatok szervezetébe, így fellelhetők húsban, halban, tojásban, tejben és az ezekből készült termékekben is. Különböző funkciókkal rendelkeznek az emberi szervezetre nézve, a C-vitamin például az immunrendszer megfelelő működésében játszik szerepet, az A-vitamin pedig nélkülözhetetlen a megfelelő látáshoz.

Milyen funkciókkal rendelkeznek az ásványi anyagok az emberi szervezetre nézve?

Az ásványi anyagok szervetlen vegyületek, melyek az állati, illetve növényi eredetű élelmiszerekben találhatóak meg. Különböző, az anyagcsere-folyamatokkal, illetve a növekedési folyamatokkal kapcsolatos funkciókat látnak el az emberi szervezetben. A kalcium egy létfontosságú ásványi anyag, amely erőssé teszi a csontokat és a fogakat, továbbá hozzájárul az izmok, a szív- és érrendszer, továbbá az idegrendszer egészséges működéséhez. Hazánkban kritikusan alacsony kalciumbevitelű a 18–60 éves férfiak kb. 26%–a, a 18–60 éves nők kb. 38%–a, a 60 év felettek kb. 60%–a²³. A vas a vörösvértestek és a hemoglobin felépítésében, valamint az oxigén szállításában játszik fontos szerepet.

Az élelmiszerek vitaminokkal és ásványi anyagokkal történő dúsításának hatásai

Az élelmiszerek vitaminokkal és ásványi anyagokkal történő dúsítására a tápanyagok pótlásának érdekében lehet szükség. Ugyanakkor szem előtt tartandó, hogy egyes anyagokból a túlzott bevitel is egészségkárosodáshoz vezethet. Magyarországon a vitaminok és ásványi anyagok bevitelének mennyisége kielégítő, így néhány kivételtől eltekintve a kiegyensúlyozott táplálkozással megfelelő mennyiségű vitaminhoz juthat szervezetünk. Ebből kifolyólag csak bizonyos fogyasztói csoportok, mint például a

²³ <http://real.mtak.hu/51739/1/650.2017.30744.pdf> (OTÁP 2014)

várandós nők, a dohányosok vagy a betegségben szenvedők szorulhatnak kiegészítő vitaminbevitelre.

A Lidl Magyarország vitaminokra és ásványi anyagokra vonatkozó elhatározásai

A termékeink nagy részét nem dúsítjuk vitaminokkal és ásványi anyagokkal. Csak néhány termékcsoporthoz esetleg térünk el ettől és adunk az élelmiszerekhez ilyen vegyületeket, mint például multivitamin-italok (vitaminok), sportitalok, margarin és jódozott étkezési só.

4.7. Édesítőszer

Mik azok az édesítőszer és mire használható?

Az édesítőszer olyan energiamentes cukorhelyettesítőként alkalmazható anyag, melyet előállíthatnak szintetikus (mint például az aszpartám) vagy a természetben megtalálható (mint például a sztívia). Gyakorlatilag energiamentes anyagok, melyek édesítőereje 37000-szorosa is lehet a háztartási cukornak, így nagyon kis mennyiségben használható. Édesítőszer használatával energiamentes vagy csökkentett energiatartalmú termékek is kínálhatók a fogyasztók számára anélkül, hogy elveszítenék a termékek édes ízét. Legtöbbször italokban, illetve rágógumikban alkalmazott anyagok.²⁴

Miért vitatott egyes édesítőszer alkalmazása?

Az édesítőszer használata már régóta vita tárgyát képezi. Annak a kérdésnek a megválaszolására, hogy az édesítőszer szerepet játszanak-e a testsúly csökkentésében vagy éppen ellenkezőleg, étvágynövelő hatással rendelkeznek, ezáltal a súlygyarapodást segítik elő, egyelőre nem áll rendelkezésre elegendő bizonyíték. Ezen túlmenően kevés kutatási anyaggal rendelkezünk az édesítőszer hosszútávú hatásaival, több édesítőszer együttes használatával, illetve megnövekedett mennyiségű használatukkal kapcsolatosan. Összefüggésbe hozták továbbá az édesítőszer fogyasztását a rákos megbetegedések magasabb kockázatával, a viselkedésbeli zavarok kialakulásával és a koraszüléssel is.

Édesítőszer használata kisgyermek ételében további ellentmondásokat szül. Az édesítőszer intenzív édesítő hatása

²⁴ <http://www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/fachinformationen/suessstoffe-in-der-ernaehrung/>

miatt, ha a gyermekek édesítőszerrel készült termékeket fogyasztanak, akkor az ételek enyhébb, természetes édes ízét kevésbé érzékelik. Alacsonyabb testtömegük miatt a megengedhető napi beviteli értéket (ADI) hamar túlléphetik. Az ADI érték alatt azt a feltételezett biztonságos dózist értjük, ami naponta "bevihető" az ember teljes életének minden napján bármiféle egészségügyi kockázat nélkül. Az OTÁP 2014-es adatai alapján: a férfiak napi átlag 303 g szénhidrát-beviteléből 12 g (4%), a nők napi átlag 237 g szénhidrát-beviteléből 9 g, szintén 4% üdítőitalokból származik. Az OTÁP 2014-es adatai alapján: a feldolgozott élelmiszerekből származó napi átlagos hozzáadott cukorbevitel felnőttek körében 23,9 g, amelynek 49%-a cukrozott italokból származik.²⁵

Mi a jelenlegi jogi szabályozás édesítőszerrel kapcsolatban?

Mint minden adalékanyag, így az édesítőszerrel is szabályozott anyagok, melyek engedélyezésük előtt, meghatározott biztonsági értékelésen esnek át. Jelen pillanatban az Európai Unióban (EU) 11 darab édesítőszer használata engedélyezett.

A vizsgálatok során minden anyaghoz ADI értéket is meghatároznak. Amennyiben szükséges, a már engedélyezett édesítőszerrel újabb vizsgálatoknak vethetik alá, azok biztonságossága érdekében és az új információk fényében az ADI értékek is felülvizsgálatra kerülnek.²⁶

Háttérinformáció:

Az édesítőszerrel készült termékek címkéjét az EU-ban szabályozott módon kell elkészíteni. Amennyiben a termék édesítőszerrel tartalmaz, a termék nevéhez kapcsolódóan ezt jelölni kell. Ha a termék cukrot/cukrokat és édesítőszer(ek)e)t is tartalmaz, abban az esetben a következő jelölés alkalmazandó: cukorral/cukrokkal és édesítőszerrel/édesítőszerrel.

A Lidl Magyarország édesítőszerrel kapcsolatos elhatározásai

A csökkentési stratégiánk részeként 20%-kal csökkenteni akarjuk a saját márkás termékeink hozzáadott cukortartalmát. Célunk, hogy a fogyasztóink fokozatosan hozzászokjanak a saját márkás termékeink kevésbé édes ízéhez.

A cukortartalom csökkentése nem jelenti azt, hogy termékeinket

²⁵ https://www.ogyei.gov.hu/dynamic/5_sarkadi_otap2014_makrotap.pdf

²⁶ http://www.bfr.bund.de/cm/343/bewertung_von_suessstoffen.pdf

cukor helyett édesítőszerrel édesítjük. Az édesítőszerrel készített italok fogyasztásának eredményeként, a fogyasztók hozzászoknak a mesterséges, intenzív édes ízhez, így egy szegényes, magas cukortartalmú étrendet követnek. A kevésbé édes ételeket, valamint az egészséges ételeket, mint például a gyümölcsök vagy zöldségek ritkábban fogyasztják vagy cukorral édesítik azokat, hogy elérjék a megszokott ízhatást.

Azonban továbbra is szeretnénk fogyasztóink számára csökkentett cukortartalmú és cukormentes alternatívákat szolgáltatni a cukorral édesített termékeink mellett. Ezen termékek édesítésére édesítőszeret használunk. A csökkentett cukortartalmú, valamint a cukormentes termékek forgalmazásával azokra a fogyasztókra gondoltunk, akik alacsony energiatartalmú termékeket keresnek, de ezzel együtt nem szeretnék lemondani a termékek édes ízéről. A Freeway Cola üdítőitalunk jó példa erre, hiszen mind cukorral ízesített, mind pedig édesítőszerrel édesített változatot (Cola Light és Cola 0% cukor) is kínálunk a fogyasztók részére, így a Vásárló maga döntheti el, hogy az édesítőszerrel vagy a cukorral édesített változatot szeretné elfogyasztani.

E témával kapcsolatos termékfejlesztéseink során is az elsődleges szempont a termékek megfelelő íze és az élelmiszer biztonságossága.

A Lidl Magyarország 2016 őszén készített egy online felmérést, melynek keretében 2993 szülő válaszolt az áruházlánc által feltett, általános iskolás korú gyermekük egészséges életmódjával összefüggő kérdésekre. A nem reprezentatív kutatás eredményei szerint a magyar kisiskolások csaknem fele (47%) fogyaszt legalább hetente valamilyen egészségtelen ételt (chips, hamburger, pizza stb.), ebből 8% naponta vagy naponta többször is. Cukros üdítőket a diákok 47%-a iszik legalább heti rendszerességgel, ebből 16% naponta.

4.8. Izoglükóz (glükóz-fruktózsirup)

Mi az az izoglükóz és mire használható?

Az izoglükózban, glükóz-fruktózsirupban, a fruktóz-glükózsirupban és a magas fruktóztartalmú kukoricaszirupban közös pont, hogy mindegyik anyag egyfajta cukorszirup, mely különböző arányban tartalmaz egyszerű cukrokat: glükózt (szőlőcukrot) valamint fruktózt (gyümölcscukrot).

2 Táblázat Izoglükóz definíciók

Név	Fruktóztartalom	Eredet
Izoglükóz	10% vagy több	búza, kukorica, burgonya
Glükóz- fruktózsirup	5% - 50%	búza, kukorica, burgonya
Fruktóz- glükózsirup	> 50%	búza, kukorica, burgonya
Magas fruktóztartalmú kukoricaszirup (főként az USA-ban használt)	min. 42%, gyakran 55%	kukorica

Amennyiben az élelmiszer glükóz-fruktózsirupot vagy más cukorszirupot tartalmaz, akkor az összetevőlistában ennek szerepelnie kell. Az emberi fogyasztásra szánt egyes cukorfajtákról szóló irányelv alapján izoglükóz helyett a csomagoláson a glükóz-fruktózsirup vagy a fruktóz-glükózsirup kifejezés olvasható, attól függően, hogy az mennyi fruktózt tartalmaz. A tápértékre vonatkozó információkat a tápértéktáblázat "amelyből cukrok" kifejezéshez kapcsolt értéke jelzi. Ez rendeletben előírt formátum, így a Lidl is eszerint jár el.

A glükóz-fruktózsirup olyan magas keményítőtartalmú növényekből állítható elő, mint a kukorica vagy a búza, a keményítőmolekula cukormolekulákra történő bontása révén. A fruktóz édesebb, mint a glükóz és édesebb, mint a cukor (szacharóz). Minél nagyobb mennyiségben tartalmazza a cukorszirup a fruktózt, annál édesebb. A fruktóz mennyiségének növelésével nagyobb édesítőhatás érhető el, mint a jól ismert cukor esetében. A magasabb édesítőerő mellett, a glükóz-fruktózsirup technológiai sajátosságai miatt is – mint például a jobb oldhatóság vagy az állomány javítása – használatos az élelmiszeriparban. A glükóz-fruktózsirup továbbá javíthatja a termék ízérzetét is.

Háttérinformáció:

A glükóz–fruktózsirup 5% és 50% közötti arányban tartalmaz fruktózt. Ezzel szemben a fruktóz–glükózsirup 50%-nál nagyobb arányban tartalmaz gyümölcscukrot. Európában mind a két típust “izoglükózként” is nevezik. Az US-ban általánosságban a cukorszirupok 42% vagy 55% fruktózt tartalmaznak, melyeket magas fruktóztartalmú kukoricaszirupnak (HFCS) is neveznek.²⁷

Miért vitatott a glükóz-fruktózsirup alkalmazása?

Az EU cukorszabályozás keretein belül felső határt szabott a glükóz–fruktózsirup kvótájára vonatkozóan a cukorpiacon. Ez a szabályozás azonban 2017. október 1-jén megszűnt. Ennek következtében az Európai Közösség szignifikáns növekedésre számít a glükóz–fruktózsirup gyártásában 2026-ig.²⁸

Nagy mennyiségű, magas fruktóztartalmú izoglükóz felhasználása a feldolgozott élelmiszerekben megnöveli a szervezetbe vitt fruktóz mennyiségét, mely így káros hatást gyakorolhat az emberi anyagcsere-folyamatokra.

Fruktóz intolerancia: becslések szerint körülbelül 40 g fruktóz elfogyasztása naponta.²⁹ Háromból egy ember tapasztal emésztőszervrendszeri problémákat a fruktóz–intolerancia következtében, már 25 g fruktóz elfogyasztását követően. Étkezésenként 35 g-nál nagyobb mennyiségben bevitt fruktóz egészséges embereknél is problémákat okozhat, különös tekintettel a gyermekekre. Ennél nagyobb mennyiségben a szervezetnek nehézségeket okoz a fruktóz bontása, mely így különböző tüneteket okozhat. Ilyen tünetegyüttes például a puffadás, szélgörcs vagy a hasmenés.³⁰

Lehetséges egészségügyi hatások: kutatások eredményeként kimutatható, hogy a magas fruktózbevitel növelheti az elhízás

²⁷ <https://www.transgen.de/datenbank/zutaten/2531.isoglucose.html>

https://ec.europa.eu/agriculture/sites/agriculture/files/markets-and-prices/medium-term-outlook/2016/2016-fullrep_en.pdf

²⁸ https://ec.europa.eu/agriculture/sites/agriculture/files/markets-and-prices/medium-term-outlook/2016/2016-fullrep_en.pdf

²⁹ Volynets V, Kuper MA, Strahl S et al. (2012) Nutrition, intestinal permeability, and blood ethanol levels are altered in patients with nonalcoholic fatty liver disease (NAFLD). Dig Dis Sci; 57: 1932–1941 , <https://www.verbraucherzentrale.de/Fruktzucker>

³⁰ <https://www.verbraucherzentrale.de/Fruktzucker>

lehetőségét, cukorbetegséget, anyagcserezavarokat okozhat és kardiovaszkuláris (szív-és érrendszeri) betegségek kialakulásához vezethet.³¹

A glükózzal ellentétben a fruktóz metabolizmusa a májban lejátszódó folyamat. A túlzott fruktózbevitel következtében ún. "nem alkoholos zsírmáj" betegség alakulhat ki. Ez hasonló megbetegedés, mint az alkoholizmus miatt kialakuló zsírmáj. A becslések szerint Európa mai lakosságának 30%-a nem alkoholos zsírmáj megbetegedésben szenved. A lehetséges egészségre gyakorolt hatások közé tartozik továbbá a cukorbetegség, valamint a magas vérnyomás.³²

A kiegyensúlyozott étrend részeként elfogyasztott gyümölcsök által bevitt fruktóz nem okoz problémát. A gyümölcsök elfogyasztásával, mint például almák, körték stb. lényegében lehetetlen annyi fruktózt bevinni a szervezetbe, mely már egészségkárosodáshoz vezethet. Például 13 db narancs elfogyasztása elképzelhetetlen, de az már könnyen elképzelhető, hogy egy liter narancslé 13 narancs felhasználásával készül.

Előállítás: az egészségügyi kockázat mellett egy másik kritikus pontja a glükóz–fruktózsirup felhasználásának, hogy a cukorszirup készülhet genetikailag módosított kukorica felhasználásával. Ugyanakkor jelölési kötelezettségekkel jár a közvetlenül genetikailag módosított növényekből (például kukoricából) kinyert keményítő felhasználásával készült termékek előállítása, így ez igaz a glükóz–fruktózsirupra vonatkozóan is.³³

Lidl Magyarország glükóz–fruktózsirupra vonatkozó elhatározásai

Általánosságban igyekszünk kerülni a genetikailag módosított élelmiszereket. Annak ellenére, hogy az EU cukorszabályozási kvótája lejárt, a Lidl továbbra sem használ nagyobb mennyiségben glükóz–fruktózsirupot, mint korábban.




Hosszútávú céljaink között szerep a glükóz–fruktózsirup használatának csökkentése, mint édesítő anyag és csak azokban az esetekben alkalmazzuk, amennyiben ezt a technológia megköveteli.

Amennyiben egy termék glükóz–fruktózsirupot tartalmaz, a fruktóz tartalma nem lehet több, mint 42%. Ez biztosítja, hogy az előállítás során nem használtak magas fruktóztartalmú kukoricaszirupot.

³¹ Bray, George A. et al. (2004) Consumption of high-fructose corn syrup in beverages may play a role in the epidemic of obesity. The American Journal of Clinical Nutrition, Volume 79(4):537–543

³² Weiss J, Rau M, Geier A (2014) Non-alcoholic fatty liver disease: epidemiology, clinical course, investigation, and treatment. Deutsches Ärzteblatt Int 111: 447–452

³³ <https://www.transgen.de/datenbank/zutaten/2531.isoglucose.html>

<p>Cél</p> 	<p>Célunk a glükóz-fruktózsirup édesítő anyagként történő használatának csökkentése és csak azokban az esetekben alkalmazzuk, amennyiben ezt a technológia megköveteli.</p> <p>Amennyiben egy termék glükóz-fruktózsirupot tartalmaz, a fruktóz tartalma nem lehet több, mint 42%. Ez biztosítja, hogy az előállítás során nem használtak magas fruktóztartalmú kukoricaszirupot (HFCS).</p>	<p>2025. január</p>
<p>Start</p> 	<p>A Lidl elkötelezett amellett, hogy a jövőben ne használjon glükóz-fruktózsirupot a termékeiben.</p>	<p>2019</p>
<p>Jelen</p> 	<p>Temékpalettánk néhány terméke továbbra is tartalmaz glükóz-fruktózsirupot.</p>	<p>2019. február</p>

4.8-1 Ábra Glükóz-fruktózsirup

5. Minőségi élelmiszerek minden étrendhez

Az egészséges táplálkozás létfontosságú az életminőségünkhöz, nélkülözhetetlen jó közérzetünkhöz, valamint teljesítőkéességünk szempontjából. Napjainkban fogyasztóink nagyon is tudatosak saját étrendjükkel kapcsolatban. Ebben mind a személyes preferenciák, mind pedig a növekvő egészségügyi problémák szerepet játszanak, mint például az ételintoleranciák és az allergiák. Biztosítani szeretnénk, hogy minden fogyasztó számára a megfelelő terméket kínáljuk, ezért termékcsaládunkat folyamatosan bővítjük és próbáljuk a társadalmi trendeknek és újításoknak megfelelően fejleszteni.

Termékeink széles skálája minden követelménynek és preferenciának megfelel, a laktózmentes vagy gluténmentes élelmiszerektől egészen az ökológiai termékekig.

5.1. Laktózmentes és gluténmentes

A tej mint élelmiszer számos előnnyel rendelkezik, olyan tápanyagokat tartalmaz, mint a fehérje, a kalcium és a vitaminok, amelyek alapvető összetevői egy kiegyensúlyozott étrendnek. Azonban a tejet nem mindenki tolerálja egyformán. Egyre többen szenvednek laktózintoleranciában. Tejtermékek fogyasztása esetén ezeknél az embereknél gyomorfájdalom és egyéb tünetek jelentkeznek.



A laktózérzékenyeknek azonban nem kell feltétlenül tartózkodniuk a tejtermékek fogyasztásától. Fogyasztóinknak laktózmentes termékeket is kínálunk saját márkás termékcsaládunkból, mint például laktózmentes tejet vagy -joghurtot, amelyet gond nélkül élvezhetnek.

A glutén a másik olyan természetes összetevő az élelmiszerekben, amelyet sokan nem képesek megemészteni. Ők gluténérzékenységben vagy cöliákiában szenvednek. A glutén egy olyan fehérje, melyet sok gabonaféle tartalmaz, úgy, mint a búza, tönköly, rozs, zab, árpa, aszalt tönköly és sok más is. Azok számára, akik cöliákiában szenvednek, ezek a gabonafélék vagy az ezeket nyomokban tartalmazó ételek nem fogyaszthatók.



De annak érdekében, hogy minél szélesebb körű élelmiszereket kínáljunk fogyasztóink számára, saját márkás termékeink körében külön jelöljük a gluténmentes termékeket is.

5.2. Vegetáriánus és vegán alternatívák

Saját márkás termékcsaládunkban vegetáriánus és vegán élelmiszereket is kínálunk. A fogyasztók ezt a sárga V-jelölről ismerhetik fel, amely a terméket egy nemzetközileg védett márkaként azonosítja. A V-jelölés garantálja, hogy az összes összetevő és élelmiszer-adalékanyag megfelel a "vegetáriánus" vagy "vegán" termékekre vonatkozó kritériumoknak.



A "My best Veggie" márka alatt fogyasztóink számos terméket találnak a vegetáriánus étrendhez, mint például húsmentes fagyasztott tésztaételek, készételek vagy kolbász helyettesítők. A "Vemondo" márkájú termékeink pedig a vegán szendvicsskrémek széles választékát kínálják, melyek állati eredetű összetevőket nem tartalmaznak.

5.3. Ökológiai élelmiszerek



Már évek óta kínálunk bioélelmiszereket, melyek mindegyike a hivatalos EU ökológiai logóval rendelkezik. Ahhoz, hogy egy termék az EU ökológiai logót viselje, meg kell felelnie az EK-ökológiai rendelet szigorú követelményeinek.

Egy ökológiai logóval ellátott élelmiszer a legmagasabb szintű élelmiszerjogi előírásoknak felel meg. A szabványok betartása érdekében rendszeresen ellenőrizzük beszállítóinkat. Létrehoztunk egy belső minőségbiztosítási rendszert is, mely a termékek minőségét a termelési és ellátási lánc mentén ellenőrzi. Ez teszi lehetővé számunkra, hogy folyamatosan biztosítsuk a magas minőséget, valamint a jogszabályi követelményeknek való megfelelést.

Hosszú távú célunk, hogy a kereslet alapján folyamatosan bővítsük ökológiai termékkínálatunkat. Ezáltal reméljük, hogy teljesíthetjük fogyasztóink igényeit a fenntartható élethez szükséges helyes és egészséges táplálkozás tekintetében.

5.4. Géntechnológiával módosított termékek

Melyek azok a géntechnológiával módosított termékek a jogszabály szerint?

A géntechnológiával módosított élelmiszerek jelöléskötelesek. A jogszabály szerint ezek olyan élelmiszerek, melyek géntechnológiával módosított szervezeteket (GMO–kat) vagy a GMO–kból készült vagy a GMO–k felhasználásával készült összetevőket tartalmaznak. Mi nem használunk géntechnológiával módosított élelmiszert egyik termékünkben sem.

Háttérinformáció:

Ha egy állati eredetű termék, mint például a tej, a hús vagy a tojás géntechnológiával módosított takarmánnyal táplált állatokból származik, nincs jogi kötelezettség arra, hogy ezt uniós vagy nemzeti szinten bejelentsék, ezért a teljes átláthatóság érdekében, a „GMO–mentes termelésből” kifejezést használjuk.

Milyen lépéseket teszünk beszállítóinkkal közösen?

Fontosnak tartjuk, hogy már az ellátási lánc kezdeti szakaszában lépéseket tegyünk annak érdekében, hogy kizárjuk vagy elkerüljük a GMO–szennyeződést, mind a termesztés, szállítás és a feldolgozás során. A globális szójatermelést túlnyomórészt a genetikailag módosított szója teszi ki, bár a növekvő kereslet által egyre több GMO–mentes szója termesztésére kerül sor. A szójalecitin használata a GMO–szennyezés egyik forrása lehet. Ebből kifolyólag, saját márkás termékeinkben jelenleg a szójalecitint napraforgó lecitinnel helyettesítjük, amilyen mértékben csak lehetséges.

A szója sok állati takarmány kulcsfontosságú eleme. Amennyiben a szója nem helyettesíthető más fehérje alapú takarmányokkal, úgy az EU–ban előállított szóját részesítjük előnyben, az import hosszú távon való csökkentése érdekében. Amíg szójaimportálásra van szükség, csak tanúsított, GMO–mentes, fenntartható forrásból származó szója használatára kívánunk áttérni.




Mit jelent a "GMO–mentes termelésből" logó?



A "GMO–MENTES TERMELÉSBŐL" logó a Lidl egyedi fejlesztése a Földművelésügyi Minisztérium 61/2016. (IX. 15.) számú, a GMO–mentességre utaló jelölésről szóló rendelet előírásai alapján.

A Lidl elhatározása a géntechnológiával módosított élelmiszerekre vonatkozóan

A Lidl Magyarország – felismerve a hazai és nemzetközi trendeket – 2018 márciusától az állandó termékkínálatának részeként kínál 4 saját márkás GMO-mentes csirketerméket.

 <p>Cél</p>	A "GMO-mentes termelésből" minősítéssel és jelöléssel ellátott termékek körének kibővítése állandó termékkínálatunkban.	A lehető leghamarabb
 <p>Start</p>	A Lidl saját márkás, Húsfarm márkájú baromfi termékeket vezetett be a "GMO-mentes termelésből" minősítés használatával.	2018
 <p>Jelen</p>	Mára 4-féle "GMO-mentes termelésből" jelzéssel ellátott baromfiterméket kínálunk.	2019. február

5.4-1 ábra: "Géntechnológia nélkül"

6. Dióhéjban: termékeink címkézéséről

Saját márkás termékcsaládunk csomagolását úgy alakítottuk ki, hogy az egy gyors és egyértelmű képet adjon fogyasztóink számára az ételkészítésről és annak összetevőiről. Amit a csomagolás kívülről ígér, annak belül is teljesülnie kell.

Az egész Unióra kiterjedő, egységes címkézés

Az ételkészítéssel kapcsolatos tájékoztatásról szóló EU rendelet olyan egységes és egyértelmű ételkészítési- és tájékoztatási követelményeket határoz meg, melyek az egész EU-ban alkalmazandók. A rendelet az alábbiakra terjed ki:

- az ételkészítés neve;
- az összetevők felsorolása, valamint minden olyan anyag kiemelése, mely allergiát vagy intoleranciát okozhat (termékeink csomagolásán az allergéneket félkövér betűkkel emeljük ki);
- minőségmegőrzési idő vagy fogyaszthatósági idő;
- az ételkészítés nettó mennyisége;
- a felelős ételkészítés-vállalkozás neve vagy cégneve és címe;
- tápértékjelölés

A követelményeken túl

További lépéseket teszünk annak érdekében, hogy termékeink címkéje átlátható legyen és a jelölési rendelet követelményein túl a következő adatokat is tartalmazza:

- **A tápértékjelölésről röviden:** minden tápérték-információt és összetevőt egységes betűtípussal jelenítünk meg, hogy fogyasztóink gyorsan áttekinthessék azokat. A táblázat röviden bemutatja, hogy egy adott termék milyen energiatartalommal és tápanyagokkal rendelkezik. Amennyiben az adagok mennyisége is fel van tüntetve, úgy az adagonkénti energiatartalom, valamint a referencia beviteli érték százalékos arányának megadása is lehetséges, amely a jelölési rendeletben (1169/2011/EU) szereplő, felnőttek számára javasolt napi szükséglet alapján számolható ki. Termékeink címkéjén a laktózmentes és gluténmentes termékre vonatkozó állításokat, valamint az allergéneket is egyértelműen jelöljük.

Átlagos tápérték	ø/100 g	ø/150 g adag	% RI
Energia	685 kJ/ 164 kcal	1029 kJ/ 247 kcal	12%
Zsír	10,0 g	15,0 g	21%
amelyből telített zsírsavak	7,0 g	10,5 g	53%
Szénhidrát	15,9 g	23,9 g	9%
amelyből cukrok	14,8 g	22,2 g	25%
Fehérje	2,4 g	3,6 g	7%
Só	0,08 g	0,12 g	2%

RI = Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

6.-1 ábra: Példa a tápértékjelölésre

- Az élelmiszer nevét, nettó mennyiségét és minőségmegőrzési idejét, valamint adott esetben az alkoholtartalmat ugyanazon látómezőben tüntetjük fel.
- Ha egy fogyasztásra kész élelmiszer alkoholt tartalmaz, akkor ezt az információt az összetevő listán kívül, jól látható sárga mezőben jelöljük.

Alkoholt tartalmaz

- A halakra vonatkozó információk sárga szövegmezőben jelennek meg. Ezt a fajta jelölési módot a nagy mennyiségű halat tartalmazó, feldolgozott élelmiszereink esetén alkalmazzuk.

Szivárványos pisztráng (*Oncorhynchus mykiss*), intenzív dán (DK) vagy francia (FR) akvakultúrában tenyésztett. A pontos akvakultúra betűjele (DK, FR) a fogyaszthatósági mezőben található. A halászati területre vonatkozó részletesebb információk lentebb olvashatók.

5.6-2 ábra: Halak eredete

- Fogyasztási egység: a kötelező tápértékjelölésen kívül a gyártóknak lehetőségük van adagonként és/vagy fogyasztási egységként is megadni a tápanyagok mennyiségét. Az energiatartalmat és tápanyag-információkat az úgynevezett referencia beviteli érték százalékában is fel lehet tüntetni. Ez egy 2000 kalóriás étrend alapján számolható, amely egy

felnőtt nő napi beviteli referencia értékének felel meg. Jelenleg az adagok/fogyasztási egységek megadására vonatkozóan nincsen előírás; ezeket a gyártó úgy adhatja meg, ahogy azt megfelelőnek tartja. Az adagokat/fogyasztási egységeket kiegészítő információként adjuk meg, melyeket igyekszünk a lehető legpontosabban és legreálisabb módon meghatározni. Például fagyasztott pizzáink esetén a teljes pizza tápértékét feltüntetjük, csokoládé szeleteink esetén pedig a teljes szeletre vonatkozó tápérték információkat is megadjuk. Termékeink csomagolásának frontoldalán az adagra vonatkozó százalékos értékeket nem tüntetjük fel. Ennek az az oka, hogy a „pontos fogyasztási egységet” nehéz meghatározni mindenki számára, legyen az gyermek, nő vagy férfi. Mivel a napi referencia bevitel érték egy átlagos felnőttekre vonatkozik, nem tüntetjük fel az ajánlott napi mennyiség százalékos arányát olyan élelmiszerek esetében, amelyek különösen vonzóak lehetnek a gyermekek számára.

A fenntartható élelmiszer-termelés átláthatóvá tétele

Büszkék vagyunk arra, hogy fogyasztóinkat felelős módon előállított termékekkel látjuk el. Ennek elérése érdekében szorosan együttműködünk külső szervezetekkel, fejlesztőkkel és szabványosítókkal. Sok élelmiszerünk védjegyet és minőségi jelzéseket tartalmaz, melyek további információt szolgáltatnak. Termékjelöléseink, mint például az EU ökológiai logó, a Fair Trade Certified, az MSC-, ASC- és UTZ-jelölés, valamint a Rainforest Alliance – csak hogy néhányat említsünk – a felelős termelést, az átláthatóságot vagy épp az egészséges életmódot szimbolizálják.

Úttörők vagyunk a tisztességes kereskedelem (Fair Trade) terén, olyan termékeket kínálunk, amelyek a „Fair Trade Certified” jelzést viselik. Folyamatosan bővítjük a Fair Trade-del kapcsolatos együttműködést, továbbá a Fair Trade Certified logóval rendelkező termékeink skáláját is. 2014-ben pedig elsőként csatlakoztunk a Fair Trade kakaó programhoz.

7. Összefoglalás és kitekintés

"Kiváló élelmiszerek az egészséges táplálkozásért"

Elkötelezettek vagyunk az egészségtudatos táplálkozás aktív előmozdítása iránt. E kötelezettségvállalással összhangban meghatároztunk egy irányvonalat az élelmiszerek beszerzésével kapcsolatban, melyet folyamatosan felülvizsgálunk, újraértékelünk és fejlesztünk.

A Lidl Táplálkozáskalauzában bemutattuk, hogyan vállalunk felelősséget mindennapi döntéseink során a magas minőségű termékek biztosítása érdekében, miközben igyekszünk fogyasztóink igényeit, valamint az élelmiszerpiac alapjául szolgáló előfeltételeket megfelelően kezelni.

Céljaink és intézkedéseink

Kritikus szemmel vizsgáljuk saját márkás termékeinket azért, hogy folyamatosan fejlesszük őket. Ennek érdekében szembenézünk a kihívásokkal, meghatározzuk céljainkat és normákat állítunk fel még akkor is, ha a nemzeti jogalkotó vagy az EU még nem rendelkezik erre vonatkozó rendelettel vagy előírással.



Beszerzési politikánk egyik úttörő irányvonala a saját márkás termékeink cukor-, zsír- és sótartalmának optimalizálása. Az egészséges táplálkozás aktív támogatása érdekében célunk, hogy 2025-re különböző intézkedések segítségével 20%-kal kevesebb hozzáadott cukor- és sómennyiséget értékesítsünk saját márkás termékeink körében. Ahogy azt már a 3.4. szakaszban említettük, e tekintetben már jelentős eredményeket értünk el. Ami a zsírokat illeti célunk, hogy a telítetlen zsírsavak aránya a lehető legmagasabb legyen saját márkás termékeinkben.



A helyes táplálkozás aktív előmozdítása iránti elkötelezettségünk biztosítása érdekében beszerzési politikánk az egészséges táplálkozás alapjainak megteremtését helyezi előtérbe azáltal, hogy minőségi élelmiszerek széles választékát kínálja fogyasztóink számára, beleértve a laktóz- és gluténmentes ételeket, a vegetáriánus és vegán alternatívákat, valamint a bioélelmiszereket. Továbbá Fair Trade Certified címkével ellátott termékek széles skáláját kínáljuk, melyek száma az elmúlt években egyre bővült.

Dinamikus elvek

Az „Táplálkozáskalauz – Állásfoglalás az egészségtudatos táplálkozással kapcsolatban” című összefoglaló jelenleg a Lidl Magyarország Bt. saját márkás termékeire vonatkozóan határoz meg kritériumokat, határértékeket és célokat. Termékeinket folyamatosan összehasonlítjuk és szembeállítjuk a meghatározott célokkal és eredményekkel, kicsit finomítunk rajtuk és aktualizáljuk őket, hogy végül azok átlátható módon, a legújabb tudományos eredményekhez és társadalmi trendekhez igazodjanak.

8. Céljaink áttekintése

cél 		Jelen 		
2019. február				
Élelmiszer-biztonság	Akrilamid	lehető leghamarabb	<ul style="list-style-type: none"> • 1. lépés: minden élelmiszercsoport megfeleltetése a Lidl által meghatározott célértéknek. • 2. lépés: szigorúbb értékek meghatározása és betartása. 	A legtöbb saját márkás termékünk jelentősen az EU referenciaszint alatti mértékben tartalmaz akrilamidot. A legtöbb élelmiszercsoportra vonatkozóan cégünk szigorúbb belső előírásokat alkalmaz.
	3-monoklóropropán-1,2-diol (3-MCPD)	lehető leghamarabb	<ul style="list-style-type: none"> • A 3-MCPD mennyiség a termékek egy adagjában nem lehet több mint a TDI 50%-a. • A pálmaolaj lecserélése egyéb olajokra vagy zsírokra anélkül, hogy a termékek érzékszervi tulajdonságai romlanának. 	A pálmaolaj nagy részét repce- illetve napraforgóolajjal helyettesítettük a Choco Nussa nugát krémünkben.
	MOSH/ MOAH	lehető leghamarabb	Minimalizálni az ásványolaj-maradványok mennyiségét minden élelmiszercsoportban: <ul style="list-style-type: none"> • MOSH-tartalom max. 2 mg/kg • MOAH-tartalom a kimutatási határ alatti mennyiségben. 	Számos, a szennyezőanyag csökkentésére vonatkozó intézkedést hajtottunk végre, főként csomagolásokra vonatkozóan.
	Pirrolizidin-alkaloidok (PA) és tropánalkaloidok (TA)	lehető leghamarabb	Minimalizálni a pirrolizidinalkaloidok (PA) és tropánalkaloidok (TA) mennyiségét: <ul style="list-style-type: none"> • PA: a referenciaérték maximum 50%-a. • TA: nem tartalmazhatják az élelmiszerek. 	Együttműködve a beszállítóinkkal folyamatosan vizsgáljuk, hogyan kezelhetőek a PA-k és a TA-k.
	Növényvédő szerek	lehető leghamarabb	Célunk, hogy az élelmiszerek maradékanyag-mentesek legyenek, annyira, amennyire ez megvalósítható.	<p>A szermaradvány határértékek: a rendeleti előírásban foglalt maximálisan megengedett szermaradvány harmada.</p> <p>Az összes szermaradvány tartalom nem haladhatja meg a jogszabályban meghatározott maximális szint 80%-át.</p> <p>Egy termékben legfeljebb 5 darab azonosítható szermaradvány engedhető meg.</p>

		Cél 	Jelen 	
2019. február				
Élelmiszerek az egészségesebb táplálkozásért	Cukor	2025. január	Célunk, hogy a hozzáadott cukor mennyiségének súlyozott átlagát 20%-kal csökkentsük saját márkás termékpalettánkban.	A cselekvési terv megvalósítása a csökkentési stratégia részeként.
	Só	2025. január	Célunk, hogy a hozzáadott só tartalom mennyiségének súlyozott átlagát 20%-kal csökkentsük saját márkás termékpalettánkban.	A cselekvési terv megvalósítása a csökkentési stratégia részeként.
	Cukortartalom Reggeli gabonafélék	2022. december	A célunk, hogy minden Crownfield reggeli gabonafélénk megfeleljen az Európai Bizottság által előírt 25 g/100 g-os követelménynek. Célunk, hogy 2022-re átlagosan 18,5 g/100 g-ra csökkentsük a cukortartalmat. Ezáltal a Crownfield reggeli gabonafélék egyharmada már meg fog felelni a WHO-tápanyagprofiljában meghatározott cukortartalomnak.	Ma az átlagos cukortartalom 21,1 g/100 g körül mozog. A Crownfield reggeli gabonafélék 19%-a már megfelel a WHO által előírt követelménynek, cukortartalmuk ugyanis legfeljebb 15 g/100 g.
	Sótartalom Kövön sült pizza	2019. december	A cél, hogy minden kövön sült pizza só tartalmát 1,00 g/100 g-ra csökkentsük. Továbbá törekszünk arra, hogy kövön sült pizzáink megfeleljenek a WHO-tápanyagprofil követelményeinek.	Ma az átlagos só tartalom 1,0 g/100 g. Kövön sült pizzáink átlagosan már megfelelnek a WHO-tápanyagprofilnak.
	Sótartalom Előszűtt kenyerek és zsemlek	2019. december	Reméljük, hogy 2019 végére tovább csökken az átlagos só tartalom a Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásainak megfelelően, mely szerint a só tartalom minimum 1,3% illetve 2,35%-os lehet maximum.	Mára félbarna kenyereink só tartalma elérte az 1,83 g/100 g értéket, mely megfelel a Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásainak.
	Sótartalom Burgonyachips	2019. december	Célunk, az 1,20 g/100 g átlagos só tartalom elérése. Módosítottuk receptúránkat, hogy a repceolaj felhasználása által javítsuk a zsírsavösszetételt.	A Snack Day burgonyachipsünk átlagos só tartalma 1,39 g/100 g. Nem használunk pálmaolajat vagy pálmazsír. A napraforgóolajra való áttérés megvalósult.
	Cukortartalom Gyümölcs-joghurt	2025. január	A joghurt kategóriájában minden Milbona joghurt megfelelt a WHO-tápanyagprofil által előírt 10,0 g/100 g cukortartalomnak.	Mára az átlagos cukortartalom 11,7 g/100 g körül mozog.
	Cukortartalom Üdítőitalok	2025. január	Célunk, hogy cukortartalmú üdítőitalaink cukortartalmát fokozatosan csökkentsük és ezáltal megfeleljünk az Európai Bizottság tápanyagprofilja által meghatározott 8,0 g/100 ml-es cukortartalomnak.	A cukorral édesített üdítőitalaink átlagos cukortartalma 6,3 g/100 ml.



2019. február

Gondossággal válogatott élelmiszer-	Élelmiszer-színezékek	2020. december	<p>Célunk, hogy termékpalettánk jelentős részében színező élelmiszereket és természetes színezékeket alkalmazzunk mesterséges színezékek helyett.</p> <p>Célunk továbbá teljesen elhagyni a kinolinsárga, a kárminok, az eritrozín és a zöld S színezékeket 2020 decemberéig:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Elhagyni a kinolinsárga és a zöld S színezékek használatát. •Eritrozint csak koktél cseresznye termékünk esetében alkalmazni. •Kárminok használatát háttérbe szorítani. 	Változtatási kezdeményezésünk miatt, jelenleg termékpalettánk több terméke esetében is színező élelmiszereket és természetes színezékeket alkalmazzunk mesterséges színezékek helyett.
	Tartósítószer-	2020. december	<p>Célunk a tartósítószer- felhasználásának csökkentése, amennyire csak lehetséges vagy használatuk teljes kiküszöbölése, amennyiben az élelmiszerek biztonságosságát ez nem veszélyezteti.</p> <p>Felülvizsgáljuk a tartósítószer- tartalmazó termékeinket, annak ellenőrzésére, hogy minden esetben szükséges-e a tartósítószer- használata.</p> <p>További technológiai lehetőségeket keresünk annak érdekében, hogy a termékeink hosszú fogyaszthatósági idejűek és biztonságosak legyenek tartósítószer- alkalmazása nélkül is.</p>	<p>A legtöbb tartósítószerrel készült termékünk nitrites pácsót tartalmaz a hosszabb eltarthatóság és az élelmiszer-biztonság érdekében.</p> <p>Pikok Pure húskészítmény termékcsalád teljesen tartósítószer- mentes.</p>

Aromák	2020. december	Célunk felülvizsgálni az aromákat tartalmazó termékeinket annak megállapítására, hogy minden esetben szükséges-e alkalmazásuk. Célunk továbbá a mesterséges aromák mellőzése, amennyire ez lehetséges.	Folyamatos monitorozás alatt tartjuk termékeinket a természetes aromák, kivonatok és mesterséges aromák arányára vonatkozóan.
Zsírok	lehető leghamarabb	Elérni a Dániában már meghatározott, transz-zsírsvakra vonatkozó, 2.0g/100 g zsír határértéket. Javítani a termékek zsírsavösszetételét, például repceolaj felhasználásával.	Nem hidrogénezett zsírok használata, amennyiben ez technológiailag megoldható. Choco Nussa mogoró-nugát krémjeink már a pálma-, repce- és napraforgóolaj keverékét tartalmazzák.
Pálmaolaj	lehető leghamarabb	Minimálisra csökkenteni vagy lecserélni a pálmaolajat élelmiszereinkben, amennyiben ez lehetséges.	Jelenlegi termékpalettánk ellenőrzése, annak érdekében, hogy a pálmaolaj-tartalmat tovább csökkentjük vagy teljesen helyettesítsük. Kekszeink 12,5%-a már pálmaolajmentes
Izoglükóz	2025 Január	Célunk a glükóz-fruktózzirup édesítő anyagként történő használatának csökkentése és csak azokban az esetekben alkalmazzuk, amennyiben ezt a technológia megköveteli. Amennyiben egy termék glükóz-fruktózzirupot tartalmaz, a fruktóztartalma nem lehet több, mint 42%. Ez biztosítja, hogy az előállítás során nem használtak magas fruktóztartalmú kukoricaszirupot (HFCS).	Termékpalettánk néhány terméke továbbra is tartalmaz glükóz-fruktózzirupot..
Géntechnológiával módosított termékek	lehető leghamarabb	A "GMO-mentes termelésből" minősítéssel és jelöléssel ellátott termékek körének kibővítése állandó termékkínálatunkban.	Mára 4-féle "GMO-mentes termelésből" jelzéssel ellátott baromfiterméket kínálunk.