

# Beszerezési politika

# Tudatos Táplálkozás

Lidl Magyarország • Állapot:2024.01.15



A JÖVŐ  
ÚTJÁN!



# Tartalom

Tartalom	1	Jelölés és átláthatóság a vásárlói döntéshozatal támogatása érdekében	23
<b>Felelősségvállalásunk a tudatos táplálkozás iránt</b>	<b>2</b>	Megközelítésünk	23
CSR-koncepciónk	3	Nutri-Score: a tápértékek áttekintése	23
<b>A tudatos táplálkozás témakörének háttere</b>	<b>4</b>	Élelmiszerbiztonság	24
A Planetary Health Diet	5	Megközelítésünk	24
<b>Elkötelezettségünk a tudatos táplálkozás iránt</b>	<b>7</b>	Ellenőrzött minőség – a Lidl saját márkás termékeit átfogó vizsgálatoknak vetjük alá	24
Elkötelezettségünk a tudatos táplálkozás iránt	8	Az élelmiszerekben lévő nemkívánatos anyagok csökkentése	25
Az egészséges táplálkozás előmozdítása	9	A növényvédő szerek mennyiségének csökkentése	25
Megközelítésünk	9	<b>Szószedet</b>	<b>27</b>
Kizárólag egészséges élelmiszerek reklámozása gyermekek számára	10	Szószedet	28
Több teljes értékű gabona a több ételmi rostért	12	<b>Források és hivatkozások</b>	<b>29</b>
Több egészséges zsír és olaj	13	Források és hivatkozások	30
Kevesebb cukor és só	15	Képjegyzék	34
Kevesebb adalékanyag – rövidebb összetevőlisták	17	<b>Képjegyzék</b>	<b>35</b>
A fenntartható táplálkozás előmozdítása	19		
Megközelítésünk	19		
Fenntartható termékválaszték-fejlesztés	20		
Több növényi alapú fehérjeforrás	21		
Az élelmiszer-hulladék csökkentése	22		

# Felelősségvállalásunk a tudatos táplálkozás iránt



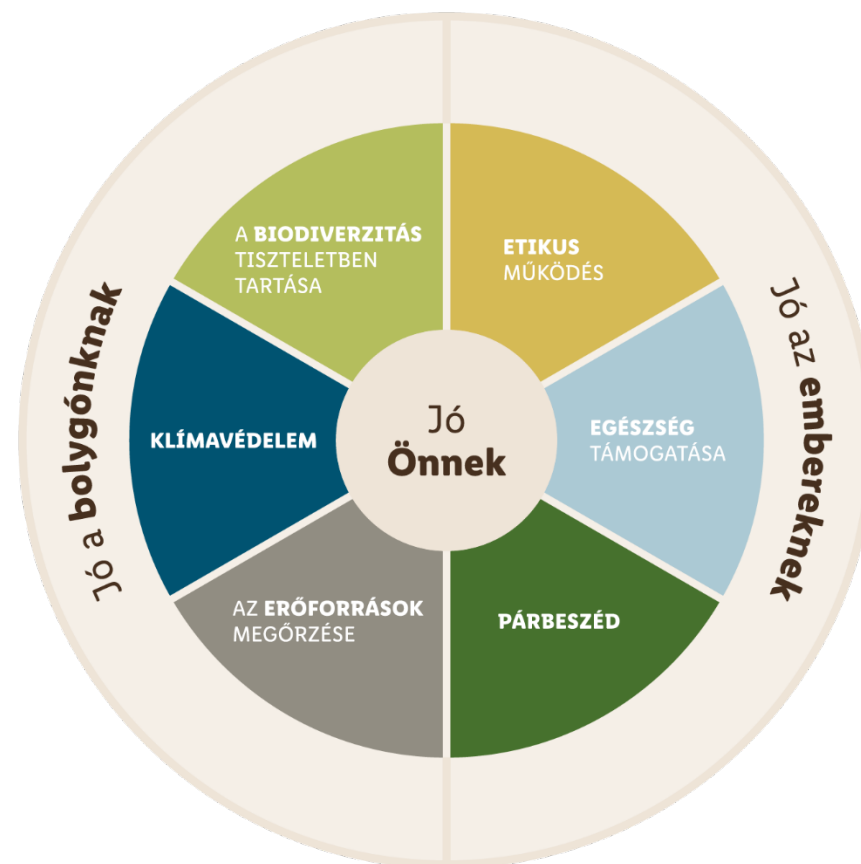
## CSR-koncepciónk

A Lidl számára a fenntartható kereskedelem a sikeres jövőt szolgáló központi stratégiai célok egyike. Felelősséget vállalunk minden olyan területen, ahol a Lidl tevékenysége hatással van az emberekre és a környezetre. Felelősségteljes tevékenységünkkel minden nap megerősítjük minőség iránti elkötelezettségünket, és így biztosítjuk vállalatunk fenntartható jövőjét.

Ennek fényében dolgoztuk ki CSR-stratégiánkat, amely világos útmutatást ad számunkra a felelősségteljes cselekvéshez. Megmutatjuk, hogy a Lidl-nél tisztában vagyunk azzal, milyen felelősséggel tartozunk a környezet, az emberek és vásárlóink iránt. Ezt hat stratégiai fontosságú fókuszterület keretein belül ültetjük át a gyakorlatba. Ezek alapján hozunk intézkedéseket, amelyekkel a klímavédelmet támogatjuk, takarékoskodunk az erőforrásokkal, figyelünk a biodiverzitásra, etikusan működünk, segítjük az egészség védelmét és párbeszédet folytatunk érintettjeinkkel.

### Jövő útján: tudatos táplálkozás

Élelmiszer-kiskereskedőként jelenleg 196 üzletet működtet a Lidl Magyarország. Naponta kiemelkedő számú vásárlót szolgálunk ki és számos termékünkkel járulunk hozzá a táplálkozásukhoz. Mivel az élelmiszer-előállítás negatív társadalmi és ökológiai hatásokkal is jár, szeretnénk ezeket a hatásokat csökkenteni és egészséges, valamint fenntartható életmódot biztosító termékeket kínálni a vásárlóinknak. A tudatos táplálkozás nemcsak az „egészség támogatása” cselekvési területünkhöz járul hozzá pozitívan, de számos más cselekvési területre is pozitív hatással van.



# A tudatos táplálkozás témakörének **háttere**



## A Planetary Health Diet

2017-ben a Lidl volt az első olyan élelmiszer-kiskereskedelmi vállalat, amely a cukor és a só csökkentésére irányuló átfogó stratégiát, valamint a szermaradványokra, a szennyezőanyagokra és az adalékanyagokra vonatkozó célértékeket tett közzé a saját márkás termékválasztékát érintően.

Az elmúlt 5 évben a táplálkozás területe folyamatosan változott. Az egyén egészsége mellett ma már az is kérdés, hogy 2050-ben hogyan tud majd világszerte 10 milliárd ember az ökológiai terhelés határain belül, fenntartható módon táplálkozni.

Az élelmiszerrendszerek környezetünkre kifejtett hatása egyre világosabb és aktuálisabb. A táplálkozás napjainkban bolygónk biokapacitásának 55 százalékát – azaz a Föld több mint felét emészti fel.<sup>1</sup> Míg 1970-ben december 31-én volt a globális túlfogyasztás napja (Earth Overshoot Day), addig 2022-ben július 28-án. A környezeten kívül a táplálkozás is jelentős hatással van az egészségünkre. Európában és Észak-Amerikában az idő előtti halálozások egyharmada megelőzhető lenne egészséges táplálkozással.<sup>2</sup> Annak ellenére, hogy egyre nő a tudatosság a probléma kapcsán, nem változtak jelentősen az étkezési szokások sem Európában, sem az USA-ban. A lakosság még mindig közel 65 százaléka túlsúlyos vagy erősen túlsúlyos.<sup>3</sup>

A következmények a széles körben elterjedt népbetegségek, például cukorbetegség, érelmeszesedés, elhízás, szív- és érrendszeri betegségek és stroke.

Ugyanakkor az EU-ban a fogyasztók kétharmada szeretne egészségesebben és fenntarthatóbb módon táplálkozni.<sup>4</sup>

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.

<sup>1</sup> Earth Overshoot Day: Earth Overshoot Day 2022: Ecuador környezetvédelmi minisztere cselekvésre szólított fel: „Használjuk ökológiai erőnket a jövőnk alakítására”, 2022.

<sup>2</sup> Global Nutrition Report: What we eat matters: Health and environmental impacts of diets worldwide, 2021.

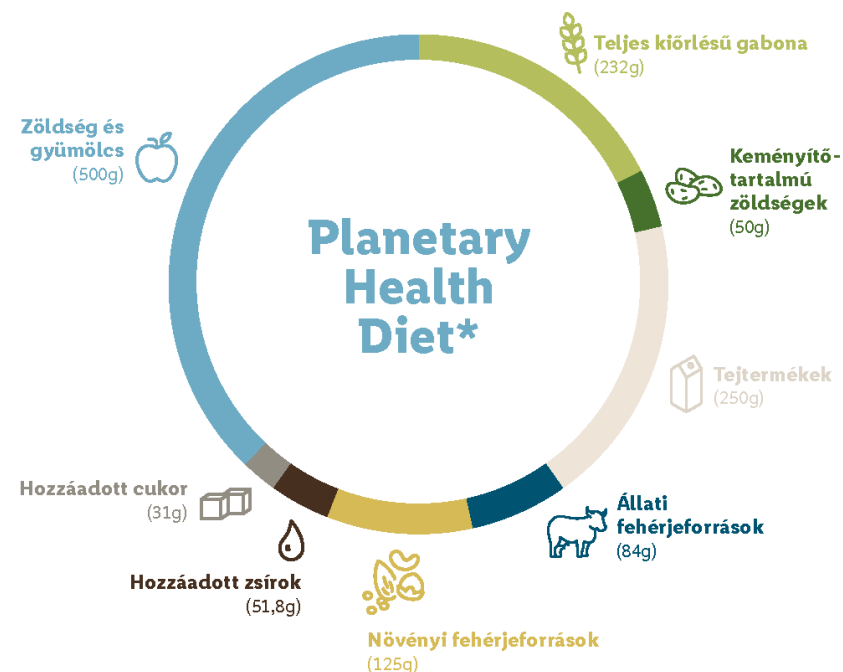
<sup>3</sup> EAT Lancet Commission: Food, Planet, Health, 2021.

<sup>4</sup> European Commission: Making our food fit for the future – Citizen's expectations, 2020.

## Milyen a fenntartható és egészséges táplálkozás?

Az EAT Lancet Bizottság által 2019-ben kidolgozott Planetary Health Diet (PHD) tudományos alapként szolgál egy globális étrendi változáshoz<sup>5</sup>. A tudományos munka során Johan Rockström professzor felügyelete alatt 16 országból 37 tudós dolgozott együtt a táplálkoástudomány, az egészségügy, a fenntarthatóság, a mezőgazdaság és a politika területéről. A tanulmány szerint, ha mindenki a növényi alapú étrend és a kiegyensúlyozott táplálkozás irányelveit követné, 2050-ben mintegy 10 milliárd ember táplálkozhatna egészségesen anélkül, hogy túlterhelnék a bolygót.

A jövő étrendje túlnyomórészt növényi alapú, de kis arányban továbbra is fogyaszthatóak állati eredetű termékek. Noha a PHD napjainkban még elméleti modell, először vázol fel holisztikus, konkrét táplálkozási keretet a bolygó terhelési korlátain belül. Ezek a tudományos alapokon nyugvó megállapítások alapvető fontosságúak a Lidl tudatos táplálkozással kapcsolatos célkitűzései szempontjából.



\* A megadott mennyiségek a napi ajánlott mennyiségeken alapulnak, 2500 kalóriás energiabevitel mellett  
Forrás: [Summary Report der EAT-Lancet-Kommission](#)

<sup>5</sup> EAT Lancet Commission: Food, Planet, Health, 2021.

# Elkötelezettségünk a tudatos táplálkozás iránt





## Elkötelezettségünk a tudatos táplálkozás iránt

A „tudatos táplálkozás” cselekvési terület valamennyi stratégiai szempontból kiemelt témára hatással van és egyesíti az „élelmiszerbiztonság”, az „egészséges táplálkozás”, a „fenntartható táplálkozás”, valamint az „átláthatóság és döntésképeség” kérdésköreit.

Az élelmiszerbiztonság képezi a tudatos táplálkozásra vonatkozó stratégiánk alapját, és ennek megfelelően előfeltétele a többi pillér megvalósításának. Az egészséges táplálkozás fókuszában termékválasztékunk tápértékkel kapcsolatos szempontjainak javítása áll. A fenntartható táplálkozás célja a bolygó korlátain belüli ökológiai és társadalmilag igazságos táplálkozás megvalósítása. Ahhoz, hogy segítsünk vásárlóinknak elfogadniuk ezt az ajánlást, hogy ezáltal egyre tudatosabb vásárlási döntéseket is tudjanak hozni, a kulcs az átláthatóság és a kommunikáció.

E pillérek mentén folyamatosan fejlesztjük a biztonságos, fenntartható, egészséges és megfizethető árú saját márkás termékkínálatot.



# Az egészséges táplálkozás előmozdítása

## Megközelítésünk

Egyre nő a fogyasztók egészségesebb és fenntarthatóbb táplálkozás iránti tudatossága. Egy, az egész EU-ra kiterjedő felmérés szerint a megkérdezett fogyasztók több mint 70 százaléka szerint az egészséges táplálkozás a legfontosabb a fenntartható életmód tekintetében.<sup>6</sup> Az egészségesebb táplálkozáshoz a gyümölcs-, zöldség- és élelmirost-fogyasztás növelése, valamint a só, a cukor és a telített zsírsavak csökkentése a legfontosabb. A körülbelül 3600<sup>7</sup> terméket felsorakoztató saját márkás termékválasztékunkkal az egészséges életmódhoz szükséges élelmiszerek széles választékát kínáljuk vásárlóinknak. Ezenkívül folyamatosan fejlesztjük termékválasztékunkat a legfrissebb tudományos eredmények alapján.

Egységes megközelítést alkalmazunk a cukor, a só, a telített zsírsavak, az energiasűrűség, az aromák, valamint a tartósítószeres és a színezékek csökkentése kapcsán. Ezzel párhuzamosan fokozatosan növeljük a teljes kiőrlésű gabonafélék arányát, valamint cél a saját márkás, teljes kiőrlésű Lidl termékkínálat bővítése és a növényi alapú fehérjeforrások arányának növelése is. A gyermekekre fókuszálunk, hiszen a táplálkozási szokások gyermekkorban alakulnak ki. Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) ajánlásának megfelelően 2023 januárjától nem

reklámozunk olyan élelmiszereket a gyermekek körében, amelyek túl nagy arányban tartalmaznak telített zsírsavakat, cukrot vagy sót.

Táplálkozási szakértőink folyamatosan felülvizsgálják saját márkás termékválasztékunkat. Beszállítóinkkal együttműködve javítjuk a receptúrákat előírásainknak megfelelően, amelyek a táplálkozásélettan minden szempontját figyelembe veszik. Tekintetbe vesszük az energiasűrűséget is. Ezzel megakadályozható az, hogy például egy élelmiszer cukortartalma csökkenjen, ugyanakkor a zsírtartalma növekedjen – ami vég-eredményben ugyanannyi vagy még több kalóriát eredményezne a termékben. Ennek érdekében olyan tápanyagprofilokat fejlesztettünk ki, amelyek a WHO ajánlásaihoz, illetve részben az annál is szigorúbb hazai előírásokhoz igazodnak (további információkért lásd: „WHO ajánlás”, 12. oldal). A cél a termékek Nutri-Score minősítésének fokozatos javítása.

A Lidl vásárlóinak igényei fókuszban vannak. Alapvető mércénk az íz, ezért vásárlóink visszajelzéseit is figyelembe vesszük a termékfejlesztés során és beszállítóinkkal együttműködve változtatunk a termékválasztékon és a receptúrán.

<sup>6</sup> European Commission: Making our food fit for the future – Citizen's expectations, 2020.

<sup>7</sup> Lidl Magyarország Bt. Fenntarthatósági jelentés 2020/2021, állandó saját márkás termékkínálatunk 2021-ben (7. oldal)

## Kizárólag egészséges élelmiszerek reklámozása gyermekek számára

20 éve nő az EU-ban a túlsúlyos, iskoláskorú gyermekek száma.<sup>8</sup> A gyermekeknek és kiskorúaknak szóló gyerekcsatornákon Magyarországon hetente legalább körülbelül 5690 élelmiszert tartalmazó reklámot sugároznak. Ennek 78 százaléka tartalmaz egészségtelen élelmiszert.<sup>9</sup> A felnőttekkel ellentétben a gyermekek nem kérdőjelezik meg a reklámüzeneteket, ami növeli a vágyukat a reklámozott termék iránt.

Mivel a helytelen gyermekkori táplálkozás növeli a táplálkozással összefüggő betegségek kockázatát felnőttkorban, ezért központi szerepet játszik az egészséges táplálkozásba jól beilleszthető élelmiszerek népszerűsítése és az egészségtelen élelmiszerek reklámozásának mellőzése 14 éves korig.<sup>10</sup>

Az EU-ban működő nem kormányzati és fogyasztóvédelmi szervezeteken kívül az Európai Fogyasztóvédelmi Szervezet (BEUC) szintén az egészségtelen élelmiszerek gyermekeknek szóló reklámozásának betiltását kéri.<sup>11,12</sup>

<sup>8</sup> World Health Organization: Digital food environments, 2021.

<sup>9</sup> AGB riport, szpotlista az összes hirdetőre nézve, 1 októberi hetet vizsgálva, csak gyerekcsatornákon, 2022.

<sup>10</sup> Verbraucherzentrale Bundesverband: Lebensmittel mit Kinderoptik und deren Bewerbung, 2021.

<sup>11</sup> The European Consumer Organisation: Food marketing to children needs rules with teeth, 2021.

<sup>12</sup> Foodwatch: Pressemitteilung Marktcheck, 2015.

Ezért a következő célokat tűztük ki:

### A gyermekeket célzó reklámozással kapcsolatos célkitűzéseink

1. Mostantól fokozzuk a gyermekek egészségesebb és fenntarthatóbb táplálkozását promotáló marketingtevékenységet.
2. 2023-tól nem reklámozunk gyermekek számára készült, egészségtelen saját márkás termékeket.  
Ez magában foglalja a televízióban, rádióban, a közösségi médiában és a vásárlóknak szóló szórólapok által folytatott reklámtevékenységet is.
3. 2025 végére a saját márkás élelmiszer-termékeink csomagolásait csak akkor látjuk el gyermekeknek szóló (grafikai) elemekkel<sup>13</sup>, ha azok megfelelnek a WHO egészséges<sup>14</sup> élelmiszerekre vonatkozó kritériumainak.  
A csomagolásokat fokozatosan alakítjuk át. Kivétel: a karácsonyi, húsvéti és halloweeni akciós termékek.

<sup>13</sup> Gyermekeknek szóló elemekkel ellátott termék minden olyan élelmiszer, amelynek csomagolása olyan elemeket tartalmaz, amelyek 14 éves korig bezárólag gyermekeket szólítanak meg, vagy azt sugallják, hogy különösen alkalmasak gyermekek számára.

<sup>14</sup> Minden olyan élelmiszer, amely megfelel a WHO tápanyagprofiljának tápértékkel kapcsolatos követelményeinek (pl. só, cukor, telített zsírsavak), egészséges élelmiszernek minősül.

A WHO kritériumai alapján döntjük el, hogy egy gyermekeknek szánt termék egészséges vagy egészségtelen kategóriába sorolható-e.

Minden olyan élelmiszer, amely megfelel a WHO tápanyagprofiljának, tápértékkel kapcsolatos követelményeinek, egészséges élelmiszernek minősül és reklámozható a gyermekek körében. A karácsony, a húsvét és a halloween különleges alkalmak a gyermekek életében, ezért nem meghatározóak a mindennapi táplálkozási szokások szempontjából. Emiatt úgy döntöttünk, hogy ezekben az esetekben kivételt teszünk. Például a csokimikulás vagy a húsvéti csokinyuszi olyan kulturális szimbólumok, amelyekről nem szeretnénk megfosztani a gyermekeket.

### WHO ajánlás

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) kimondottan a gyermekek táplálkozására vonatkozó élelmiszer-minősítést dolgozott ki, mely alapján meghatározható, hogy egy élelmiszer egészséges vagy egészségtelen. A tápanyagprofil 17 kategóriába sorolja az élelmiszereket és a tápanyag-összetételre vonatkozóan küszöbértékeket határoz meg, amelyek fölött az élelmiszerek nem hozhatók forgalomba gyermekek számára.

Az értékelés kritériumai az össz-zsír- és össz-cukortartalom, a telített zsírsavak, a hozzáadott cukor és az édesítőszer, a só, valamint az élelmiszer energiasűrűsége.

### Élelmiszerek besorolása a gyermekek számára a WHO tápanyagprofilja szerint



Általánosságban egészséges élelmiszerek

A Lidlben minden olyan friss vagy fagyasztott élelmiszer, amely nem tartalmaz hozzáadott cukrot és/vagy sót, reklámozható a gyerekek körében.



A WHO tápanyagprofiljának felülvizsgálata

**Értékelési kritériumok:** Azokat az élelmiszereket, amelyek sem általánosságban nem egészségtelenek, sem általánosságban nem egészségesek, meg kell vizsgálni, hogy megfelelnek-e a WHO tápanyagprofiljának.



Általánosságban egészségtelen élelmiszerek

A Lidl nem engedélyezi a következő élelmiszerek gyermekmarketingjét: csokoládé- és cukorkaáruk, energiaszeletek, édes desszertek, sütemények, kekszek, péksütemények és egyéb édességek, gyümölcslevek, fagyaltok.



A gyermeknek szóló marketing megengedett!



**Előírások:**

Zsírartalom  
Telített zsírartalom  
Cukortartalom  
Hozzáadott cukor  
Édesítőszer  
Sótartalom  
Energiatartalom



A gyermekmarketing tilos!

## Több teljes értékű gabona a több ételmi rostért

A teljes értékű gabonafélékben gazdag táplálkozás kulcsfontosságú szerepet játszik az egészséget tekintve, egy átlagos európai étrend esetén az egészséges öregedés legfontosabb alapja.<sup>15</sup>

**Aktuális helyzet:**  
A táplálkozással összefüggő DALY-k okai<sup>1</sup> (2017)  
Túl kevés teljes kiőrlésű gabona  
Túl sok só  
Túl kevés gyümölcs

**A teljes kiőrlésű gabonafélék segítik elő leginkább az egészséges öregedést.**

**Javaslat:**  
Napi 90 g teljes kiőrlésű gabona jelentősen csökkentheti a betegségek és a halálozás kockázatát  
Az optimális ételmirost-bevitel **legalább napi 25 g**

<sup>1</sup>disability-adjusted life years = DALY = egészségben eltöltött évek/egészségkárosodás nélküli évek elvesztése betegség miatt.

Mivel a gabonaszem külső rétegei megmaradnak, a teljes kiőrlésű termékek több ételmi rostot, másodlagos növényi vegyületeket, ásványi anyagokat (cink, vas, magnézium) és vitaminokat (B1, B2, folsav) tartalmaznak, mint a finomított gabonából (fehér lisztből) készült termékek. Az ételmi rostok számunkra, emberek számára emészthetetlenek, a bélbaktériumaink számára azonban táplálékul szolgálnak. Az ételmi rostokat a bélbaktériumaink megerjesztik, ami hozzájárul bélrendszerünk egészséges működéséhez.

<sup>15</sup> University of Washington: Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study, 2017.

Ez csökkenti a cukorbetegség, valamint a szív- és érrendszeri betegségek egészségügyi kockázatát – ami kedvező hatással van az élettartamra is.<sup>16</sup>

### Az ételmi rostok mennyiségének növelésére vonatkozó célkitűzéseink

1. 2023 végéig elemezni fogjuk, hogy mely termékek esetében tudjuk bővíteni a termékválasztékunkat teljes kiőrlésű gabonából készült alternatívákkal.
2. 2025-ig fokozatosan növelni fogjuk a teljes kiőrlésű gabonafélék arányát a Lidl saját márkás termékeiben.
3. 2025-re átláthatóságot teremtünk azzal, hogy a tápértéktáblázatban fokozatosan feltüntetjük a termékek ételmirost-tartalmát.

<sup>16</sup> Geng Zong, Alisa Gao, Frank B. Hu, Qi Sun: Whole Grain Intake and Mortality From All causes, Cardiovascular Disease, and Cancer: A Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies, 2016.

## Több egészséges zsír és olaj

Az utóbbi időben az állati eredetű termékek folyamatosan egyre nagyobb mértékű fogyasztása miatt az EU-ban is nőtt a telített zsírsavak aránya a táplálkozásunkban.<sup>17</sup> Ezek túlzott fogyasztása növeli a szív- és érrendszeri betegségek kockázatát, melyek Európában és Észak-Amerikában az első számú halálozási okok között szerepelnek.<sup>2, 18</sup> A telítetlen zsírsavak, például az omega-3, főként növényi eredetűek és megelőzik a szív- és érrendszeri betegségeket.<sup>19</sup> Azt a célt tűztük ki, hogy folyamatosan javítsuk a Lidl saját márkás termékeiben felhasznált zsírok és olajok minőségét. Ezt úgy valósítjuk meg, hogy több telítetlen zsírsavat használunk és csökkentjük a telített zsírsavak mennyiségét. Ezenkívül figyelmet fordítunk arra is, hogy a zsírok és olajok lehetőleg fenntartható forrásból származzanak. Ha egy termék állaga vagy egyéb fizikai tulajdonságai miatt szilárd zsiradékra van szükség, akkor a növényi zsírokat részesítjük előnyben. Hidrogénezett növényi zsírok is használhatók, amennyiben azok teljesen hidrogénezett zsírok. A részlegesen hidrogénezett növényi zsírok esetében fennáll annak kockázata, hogy egészségre káros transzszírsavakat tartalmaznak, ezért ezek használatát kerüljük.<sup>20</sup>

<sup>17</sup> European Environment Agency: Consumption of meat, dairy, fish and seafood, 2017.

<sup>18</sup> Eurostat – Statistics Explained: Causes of death statistics, 2022.

### Az egészséges zsírokra és olajokra vonatkozó célkitűzésünk

Táplálkozásélettani és fenntarthatósági szempontból javítjuk a Lidl saját márkás termékeiben felhasznált zsírok és olajok minőségét. Ennek érdekében minden saját márkás termékünk esetében ellenőrizzük, hogy lehetséges-e kiváló minőségű növényi olajat használni. Előnyben részesítjük az Európában termesztett növényi olajokat. Ezzel az intézkedéssel 2025-ig folyamatosan növelni fogjuk a telítetlen zsírsavak arányát a Lidl saját márkás termékeiben.

A legfenntarthatóbb választást célul kitűzve mérlegeljük azt, hogy fenntartható minősítéssel rendelkező pálmaolajat vagy teljesen hidrogénezett növényi zsiradékot használunk.

<sup>19</sup> MD Dr PH Dariush Mozaffarian: Dietary fat, 2022.

<sup>20</sup> World Health Organization: Nutrition – Trans fat, 2018.

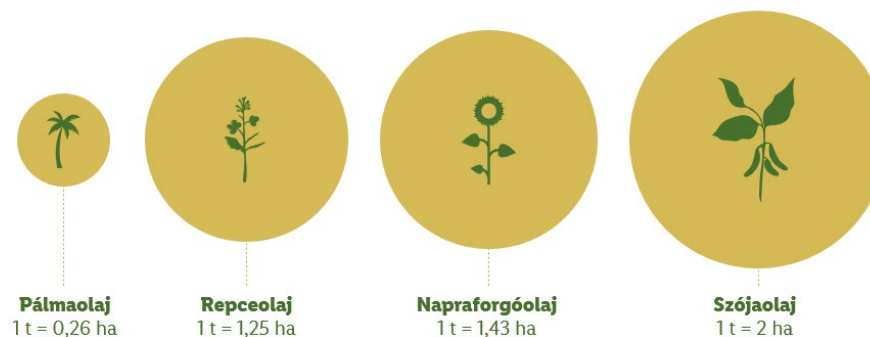
## Mi az a pálma(mag)olaj, és hogyan áll hozzá a Lidl?

Az olajpálma, amelyből a pálmaolajat nyerik, különösen termékeny, és más növényi olajokhoz képest lényegesen kisebb területet igényel a termesztése. Állagának köszönhetően a pálmaolajat más növényi olajoktól eltérően számos célra nem kell hidrogénezni. Ezek a tulajdonságok teszik a pálmaolajat a világon a legszélesebb körben használt növényi olajjává. Az olajpálmát azonban rendkívül érzékeny trópusi termőterületeken termesztik.<sup>21</sup>

A Lidl számára fontos a felelős kereskedelem az esőerdők, a biológiai sokféleség és a helyi lakosság védelme érdekében. A Lidl saját márkás termékeiben használt pálma(mag)olajnak ezért a 2022-es gazdasági év végéig fenntarthatósági tanúsítvánnyal kell rendelkeznie. Ennek érdekében szoros együttműködést folytatunk olyan elismert kezdeményezésekkel és tanúsító szervezetekkel, mint a Round Table on Sustainable Palm Oil (RSPO), a Fairtrade, a Bio, a Rainforest Alliance és a FONAP (Fenntartható Pálmaolaj Fórum).

Bővebb információ elköteleződésünkről a pálma(mag)olaj beszerzése kapcsán a [nyersanyagokról szóló beszerzési politikánkban](#) található.

## Egy tonna olaj előállításához szükséges földterület



<sup>21</sup> WWF: Auf der Ölspur: Berechnungen zu einer palmölfreieren Welt, 2016.

## Kevesebb cukor és só

Az EU-ban évente fejenként átlagosan kb. 37 kg cukrot fogyasztanak<sup>22</sup> – a WHO ajánlása szerint azonban legfeljebb 9 kg lenne egészséges.<sup>23</sup> Szintén az EU-ban évente fejenként átlagosan kb. 3,5 kg sót fogyasztanak<sup>24</sup> – míg a WHO ajánlása szerint legfeljebb 1,8 kg lenne egészséges.<sup>25</sup> A túlzott cukorfogyasztás elhízáshoz vezet, és növeli a cukorbetegség kockázatát, míg a túlzott sófogyasztás a szív- és érrendszeri betegségek, például a stroke kockázatát növeli.<sup>26</sup>

### A cukor- és sótartalom csökkentésére vonatkozó célkitűzésünk

Az a célunk, hogy a hozzáadott cukor és hozzáadott só mennyiségének eladásokkal súlyozott átlagát 20 százalékkal csökkentsük a saját márkás termékeinkben.

A 2021-es gazdasági évben a Lidl Magyarország a következő eredményeket érte már el:

<sup>22</sup> Organisation for Economic Co-operation Development: Agricultural Outlook 2021-2030, 2022.

<sup>23</sup> World Health Organization: WHO calls on countries to reduce sugars intake among adults and children, 2015.

<sup>24</sup> Loreen Kloss, Julia Meyer, Lutz Graeve, Walter Vetter: Sodium intake and its reduction by food reformulation in the European Union – A Review, 2015.

<sup>25</sup> World Health Organization: Salt Intake, 2022.

<sup>26</sup> World Health Organization: Diabetes, 2022.

A 2021-es gazdasági évben a megspórolt cukor mennyisége 377,4 tonna, a só mennyisége pedig 55,5 tonna volt. Az eredeti receptúrához képest kevesebb hozzáadott cukorral készült termékek száma 31 darab, a kevesebb hozzáadott sóval készült termékek száma pedig 51 darab.<sup>27</sup>

### Nem minden cukor egyforma

Az élelmiszerekben található izoglükózt összefüggésbe hozzák az elhízással és a zsírmájbetegségekkel. Az új táplálkozásélettani értékelések azonban azt mutatják, hogy ez a feltételezés nem igazolódik, és az izoglükóznak nincs más hatása az emberi egészségre, a többi cukorfajtának.<sup>28</sup>

### Nem helyettesítjük a cukrot édesítőszerekkel

A cukortartalom csökkentésével fokozatosan szeretnénk megszerettetni vásárlóinkkal saját márkás termékeink kevésbé édes ízét. Ennek során nem helyettesítjük a cukrot édesítőszerekkel, mivel az édesítőszer tartalmazó élelmiszerek intenzív édességükkel segítenek hozzászokni az édességhez, ez pedig tovább ösztönözné a cukorban gazdag, helytelen táplálkozást és csökkentené az olyan egészséges élelmiszerek fogyasztását, mint a gyümölcsök és zöldségek. Ezenkívül a tiszta fruktózt és a fruktóz-glükózzirup formájában előforduló fruktózt is csökkentjük

<sup>26</sup> Max Rubner-Institut: Ernährungsphysiologische Bewertung und Auswirkungen des Isoglukosekonsums auf die menschliche Gesundheit, o.J.

<sup>27</sup> Lidl Magyarország Bt. Fenntarthatósági jelentés 2020/2021, Egészségtudatos termékkínálat 2021-ben (59. oldal)

<sup>29</sup> James J DiNicolantonio, Ashwin Subramonian, James H O'Keefe: Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis, 2017.



termékeinkben, mivel fennál a gyanú, hogy a túlzott fruktózbevitel az elhízás és a zsírmájbetegség kialakulásának kockázati tényezője.<sup>29</sup>

A cukorral édesített termékek mellett csökkentett cukortartalmú és cukormentes, édesítőszeret tartalmazó alternatívákat is kínálunk. A csökkentett cukortartalmú, ill. cukormentes élelmiszerekkel azokat a vásárlókat szólítjuk meg, akik alacsony energiasűrűségű élelmiszereket szeretnének fogyasztani, azonban nem akarnak lemondani a jól ismert édes ízről.

#### **A cukorfajtákra vonatkozó célkitűzésünk**

Amennyiben lehetőség van rá, továbbra is kerüljük a fruktóz-glükózszirupot és a tiszta fruktózt, ha ezeket elsődlegesen édesítésre használják.

<sup>29</sup> James J DiNicolantonio, Ashwin Subramonian, James H O'Keefe: Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis, 2017.

## **Kevesebb adalékanyag – rövidebb összetevőlisták**

Az adalékanyagok olyan anyagok, amelyeket technológiai okokból adnak az élelmiszerekhez. Például a kolbászban lévő tartósítószerrel védelmet nyújtanak a mikrobiális romlás ellen.

A tudományos intézetek és a fogyasztóvédelmi hatóságok általában azt tanácsolják, hogy – különösen a gyermekek – ne fogyasszanak bizonyos adalékanyagokat tartalmazó, erősen feldolgozott élelmiszereket.<sup>30</sup> Ezenkívül sok fogyasztó kritikusan viszonyul az adalékanyagokhoz.<sup>31</sup> Emiatt folyamatosan azon dolgozunk, hogy csökkentsük az adalékanyagok mennyiségét a Lidl saját márkás termékeiben.

### **Színezékek**

Saját márkás termékeinkben lehetőség szerint továbbra is mellőzzük a színezékeket. Alapvetően az élelmiszer-összetevőként használt színező élelmiszer-összetevőket, pl. a céklát, részesítjük előnyben az élelmiszer-színezékekkel szemben. Néhány szeszesital és aperitif kivételével már 2009 óta nem használunk azoszínezéket az élelmiszerekben. 2018 óta nem használunk kinolinsárgát és zöld S-t.

### **Aromák**

A túlzásított élelmiszerek ahhoz vezethetnek, hogy éppen a gyermekek nem tanulják meg, milyen íze van a természetes élelmiszereknek. Ennek okán fontosnak tartjuk az aromák mérsékelt használatát. Ha aromákat

használunk, akkor az aromakivonatokat vagy a névadó élelmiszerekből kinyert természetes aromákat részesítjük előnyben.

### **Aromák a vegán helyettesítő termékekben**

A vegán helyettesítő termékek – amelyeknek például csirke ízűnek kell lenniük – eltérő eseteknek számítanak az aromák használata szempontjából. Ha egy természetes aroma használata esetén az élelmiszer már nem lenne vegán, akkor szándékosan mesterséges aromákat használunk.

### **Vitaminizáció és mineralizáció**

Kevés kivételtől eltekintve kiegyensúlyozott táplálkozással minden vitamin és ásványi anyag elegendő mennyiségben vihető be a szervezetbe. Többletszükséglet általában csak bizonyos embercsoportok (pl. várandós nők vagy dohányosok), illetve bizonyos betegségekben szenvedők esetében áll fenn. Más személyek csoportjai esetében a vitaminokkal és ásványi anyagokkal dúsított élelmiszerek túlzott bevitele egyes esetekben negatív hatással lehet az egészségre. Ezért csak bizonyos termékekhez adagolunk vitaminokat és ásványi anyagokat, ilyenek például a multivitaminos italok (vitaminok), a sportitalok, a húshelyettesítő termékek (B12-vitamin), a növényi tejitalok (kalcium), a margarinok és a jódozott kenyhasó.

<sup>30</sup> Leonie Elizabeth, Priscila Machado, Marit Zinöcker, Phillip Baker, Mark Lawrence: Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review, 2020.

<sup>31</sup> Európai Élelmiszerbiztonsági Hatóság: Eurobarometer Szpecial 354: Élelmiszerkockázatok, 2010.

## **Tartósítószer**

Az a célunk, hogy a lehető legnagyobb mértékben csökkentsük vagy teljesen elkerüljük a tartósítószer használatát, figyelembe véve az élelmiszer-pazarlásra gyakorolt lehetséges hatásokat is. Ez azonban nem befolyásolja hátrányosan az élelmiszerbiztonságot.

### **A kevesebb adalékanyagra vonatkozó célkitűzéseink**

1. A természetes élelmiszer-összetevőket részesítjük előnyben az élelmiszer-adalékanyagokkal szemben.
2. A színezékek csökkentése, valamint az azoszínezékek, a kinolinsárga és a zöld S használatának mellőzése.
3. Az aromák mérsékelt használata – a vegán helyettesítő termékekben is.
4. Az általános, nagymértékű vitaminokkal és ásványi anyagokkal történő dúsítás mellőzése.
5. A tartósítószer mennyiségének csökkentése és azok mellőzése az élelmiszerbiztonság figyelembevételével.

# A fenntartható táplálkozás előmozdítása

## Megközelítésünk

A Planetary Health Diet szerint a jövő fenntartható táplálkozásának túlnyomórészt növényi alapúnak kell lennie, mérsékelt hús- és tejtermék-fogyasztással. Jelenleg az állati eredetű termékek előállítása megközelítőleg:

- a globális üvegházhatású gáz kibocsátás 20 százalékát teszi ki<sup>32</sup>
- a mezőgazdasági célú globális földhasználat 80 százalékát teszi ki<sup>33</sup>
- az elsődleges erdők globális erdőirtásának 40 százalékát okozza<sup>34</sup>
- a globális édesvízhasználat 30 százalékát teszi ki<sup>35</sup>

Az a célunk, hogy növeljük a növényi eredetű fehérjeforrások arányát, egyúttal csökkentjük a nyersanyagok szállítási láncának negatív környezeti és társadalmi hatásait. A fenntarthatóbb táplálkozáshoz szükséges ételválasztás megkönnyítése érdekében a vegán és vegetáriánus termékek választékának bővítése mellett több szezonális és regionális ételválasztékot is fogunk kínálni – lehetőleg bio minőségben is.

Az ételválaszték tekintetében elköteleztünk vagyunk a gyümölcsök és zöldségek, a szója, a pálma(mag)olaj, a kávé, a tea, a kakaó, a rizs, a diófélék, a hús, a halak és a puhatestűek fenntartható termesztése és

tenyésztése mellett. További információ a [beszerzési politikánkban](#) található.

Annak érdekében, hogy a jövő táplálkozása még fenntarthatóbbá váljon, csökkentenünk kell az ételmaradékot. Tanulmányok szerint a világszerte megtermelt élelmiszerek egyharmada soha nem kerül tányérra,<sup>36</sup> ezért számos intézkedéssel igyekszünk csökkenteni az ételmaradékot (lásd a 22. oldalt).

<sup>32</sup> Food and Agriculture Organization of the United Nations: GLEAM 2.0 Assessment of Greenhouse gas emissions and mitigation potential, 2017.

<sup>33</sup> Statista: Distribution of land use for food production worldwide as of 2019, 2021.

<sup>34</sup> Our World in Data: Cutting down forests: what are the drivers of deforestation?, 2021.

<sup>35</sup> P.W. Gerbens-Leenes, M.M. Mekonnen, A.Y. Hoekstra: The water footprint of poultry, pork and beef: A comparative study in different countries and production systems, 2013.

<sup>36</sup> World Food Programme: 5 facts about food waste and hunger, 2020.

## Fenntartható termékválaszték-fejlesztés

Tekintettel a változó éghajlati viszonyokra, a biodiverzitás fokozódó csökkenésére és az emberek élet- és munkakörülményeire gyakorolt hatások következményeire, kereskedelmi vállalként felelősségünk, hogy bolygónk korlátozott erőforrásait tiszteletben tartva működjünk. Ennek a kihívásnak úgy teszünk eleget, hogy széleskörű és kiváló minőségű termékkínálatunkat folyamatosan a tudományosan megalapozott fenntarthatósági kritériumokhoz igazítjuk. Ez a meglévő termékek folyamatos megújítását és új, fenntarthatóbb alternatívák fejlesztését jelenti. E cél érdekében szoros együttműködést folytatunk megbízható tanúsítási rendszerekkel, kezdeményezésekkel és partnerekkel a tudomány, a társadalom és a politika területéről.

### A termékválasztékunk fenntarthatóságának növelésére irányuló célkitűzéseink

1. Kritikus nyersanyagainkat elismert szabványok szerint tanúsítatjuk, valamint kezdeményezésekben és projektekben veszünk részt. Minden nyersanyag-célkitűzésünk megtalálható a [nyersanyagok beszerzésére vonatkozó politikákban](#).

## Több növényi alapú fehérjeforrás

Az élelmiszerek széles választékát szeretnénk kínálni vásárlóinknak egy olyan étrendhez, amely lehetőség szerint minél inkább regionális, szezonális és növényi alapú. Ennek érdekében fehérjestratégiánknak megfelelően folyamatosan bővítjük a Lidl saját márkás termékkínálatát.

### A több növényi alapú fehérjeforrásra vonatkozó célkitűzéseink

1. A 2023-as üzleti évtől biztosítjuk az állati eredetű fehérjeforrások és a növényi alapú fehérjeforrások arányának átláthatóságát. Ennek érdekében fenntarthatósági jelentésünkben közzé tesszük az állati eredetű fehérjeforrások arányát a növényi alapú fehérjeforrásokhoz képest.
2. Fehérjestratégia: 2025-ig olyan új termékekkel növeljük a növényi alapú fehérjeforrások arányát a termékválasztékunkban, amelyek támogatják a növényi alapú táplálkozást. Ide tartoznak a hüvelyesek, a diófélék, valamint a vegán hús- és tejtermék-helyettesítők.

2021 óta kínál a Lidl Magyarország a Vemondo márkánév alatt vegán és vegetáriánus termékeket. A részben tisztán növényi alapú termékekkel nemcsak a vegánokat és vegetáriánusokat szeretnénk megszólítani, hanem valamennyi vásárlónk számára hidat szeretnénk építeni a növényi alapú táplálkozás felé vezető úton.

A kínálatban jelenleg 8 termék szerepel. Folyamatosan bővíteni fogjuk vegán és vegetáriánus termékválasztékunkat, és továbbfejlesztjük a termékeket íz, megjelenés, állomány, tápanyagtartalom és fenntarthatóság szempontjából.

## Az élelmiszer-hulladék csökkentése

Becslések szerint évente világszerte körülbelül 1,3 milliárd tonna élelmiszer-hulladék keletkezik.<sup>37</sup> Míg az európai országokban az élelmiszer-veszteség kb. 55%-a<sup>38</sup> termelődik a háztartásokban, addig Magyarországon ez az arány kb. 70 százalék. Emellett hazánkban az élelmiszer-hulladék 23 százaléka a termelés, gyártás és feldolgozás során, 2 százaléka a vendéglátóiparban, kb. 5 százaléka pedig a kereskedelemben és egyéb elosztási csatornáknál keletkezik.<sup>39</sup> A veszteségek közvetlen hatást gyakorolnak az erőforrás-felhasználásra (talaj, víz, biodiverzitás) és az üvegházhatású gázok kibocsátására. Az élelmiszer-hulladék csökkentése automatikusan pozitív hatással van az éghajlatra, a földhasználatra és az erőforrás-hatékonyságra.

### Élelmiszer-hulladék csökkentésére vonatkozó célkitűzés

A hulladékmentesség felé vezető úton a Lidl elkötelezte magát amellyel, hogy 2030-ig 50 százalékkal csökkenti az élelmiszer-hulladékot.

E cél elérése érdekében keresletorientált diszpozíciós rendszerre, rövid szállítási útvonalakkal működő, hatékony szállítási láncokra, a hűtési láncok folyamatos betartására, a frissesség ellenőrzésére, a készletek nyomon követésére, az akciókra és a vásárlói tudatosságra támaszkodunk.

A „Mentsük meg!” intézkedésünk keretében kedvezményes áron olyan zöldségeket és gyümölcsöket kínálunk vásárlóinknak a Lidl Magyarország üzleteiben, amelyek külsőleg már nem tökéletesek, kisebb hibákkal rendelkeznek, de még fogyaszthatóak.

A megmaradó, de az élelmiszerhigiéniai szabályok alapján fogyasztásra még alkalmas élelmiszerekből a jogszabályoknak megfelelően és azon felül is partnerszervezeteinkkel együttműködve a rászorulóknak részére adományozunk. Ennek érdekében a Lidl Magyarország évek óta együttműködik partnerszervezeteivel, a Magyar Élelmiszerbank Egyesülettel, a Magyar Vöröskereszttel, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesülettel és a Baptista Szeretetszolgálat Alapítvánnyal.

<sup>37</sup> J. Aulakh, A. Regmi: Post-harvest food losses estimation: development of consistent methodology, 2013.

<sup>38</sup> Eurostat: Food waste and food waste prevention - estimates, 2022.

<sup>39</sup> Eurostat: Food waste by sector of activities, 2020.

# Jelölés és átláthatóság a vásárlói döntéshozatal támogatása érdekében

## Megközelítésünk

Átlátható termékjelölésekkel szeretnénk lehetővé tenni vásárlóink számára, hogy vásárláskor tudatos döntéseket hozhassanak, ezért saját márkás termékeinket egyértelmű információkkal és elismert védjegyekkel látjuk el. Ezenkívül a termékeink fenntarthatóságával kapcsolatos információkat vásárlóink akciós szórólapjainkban, a [weboldalunkon](#) és egyéb csatornákon is megtalálhatják.

Az EU-n belül végzett piacelemzések szerint a termékspecifikus jelölések növekvő száma túlzott terhet jelenthet a fogyasztóknak.<sup>40</sup> Ezért nagy hangsúlyt fektetünk a termékeink egészséggel kapcsolatos információinak egyszerűsített jelölésére.

A tápértékkel kapcsolatos tulajdonságokra vonatkozóan a Nutri-Score rendszert alkalmazzuk.

## Nutri-Score: a tápértékek áttekintése

A Nutri-Score az élelmiszerek kibővített tápértékjelölésére szolgáló önkéntes rendszer, amit a francia egészségügyi hatóság (Santé Publique France) fejlesztett ki. A számítási módszertant az EU szintjén folyamatosan továbbfejlesztik. A Nutri-Score ötfokozatú szín- és betűkombinációja a zöld A-tól a piros E-ig terjed, és az élelmiszerek tápértékét jelöli. Egy termékcsoporton belül a zöld A minősítésű élelmiszer hatékonyabban járul hozzá az egészséges táplálkozáshoz, mint egy piros E

minősítésű termék. Alapvetően a Nutri-Score-t átfogó mutatóként használjuk azzal a céllal, hogy javítsuk a termékkínálatunk átlagos Nutri-Score eredményét. A javulást egyrészt a termékek átalakításával, másrészt a termékválaszték egészségesebb és növényi alapú élelmiszerek irányába történő fejlesztésével érjük el.

A Nutri-Score-t a Lidl már most számos országban vezette be az EU-n belül.

### A tápértékjelölésre vonatkozó célkitűzésünk

A saját márkáink estében a Nutri-Score jelölés fokozatos bevezetése.



<sup>40</sup> European Commission: Impact Assessment Report, 2022.



# Élelmiszerbiztonság

## Megközelítésünk

Az élelmiszerbiztonság a tudatos táplálkozással kapcsolatos stratégiánk alapja, ezáltal a legfontosabb irányelvünk. A Lidl minőségbiztosítása a beszállítók kiválasztásával kezdődik.

Ők alapvetően az International Featured Standard (IFS) vagy a Brit Kiskereskedelmi Szövetség (BRC) világszerte érvényes szabványa szerinti tanúsítvánnyal rendelkeznek. Szoros partnerségi együttműködést folytatunk velük a zavartalan gyártási és termelési folyamatok minőségbiztosítása és fejlesztése érdekében.

## Ellenőrzött minőség – a Lidl saját márkás termékeit átfogó vizsgálatoknak vetjük alá

Élelmiszereink biztonságosságának, jogi megfelelőségének és minőségének biztosítása érdekében rendszeres időközönként előre be nem jelentett helyszíni auditokat, valamint független és akkreditált intézetek által lebonyolított szisztematikus vizsgálatokat végzünk valamennyi saját márkás termékünkön. A kémiai, a mikrobiológiai, a fizikai és az érzékszervi vizsgálati paraméterek mellett a termékjelölések is ellenőrzés alá esnek. A termékek érzékszervi minőségét szakértői kóstolók keretében a Lidl beszerzői és minőségbiztosításának munkatársai is ellenőrzik. A fogyasztók számára szervezett rendszeres kóstolók egészítik ki a minőségbiztosítást, amelyek megmutatják, milyen egy termék fogadtatása a vásárlónál. Alapvetően mindig a következő eljárás mód alkalmazandó: minél érzékenyebb egy élelmiszer, annál elővigyázatosabbnak kell lennünk az előállítás, a szállítás és az eladás során – és annál gyakrabban

végzünk ellenőrzést. Minőségbiztosítási szabványainkat is külső és független felülvizsgálatoknak vetjük alá. Ennek megfelelően minőségbiztosításunk minden folyamata és tevékenysége megfelel többek között a DIN ISO 9001:2015 szabvány szerinti követelményeknek. Ezt a hazai Bureau Veritas tanúsító szervezet erősíti meg az éves auditok alapján.

## Az élelmiszerekben lévő nemkívánatos anyagok csökkentése

A Lidl-nél, még az uniós szintű jogi határértékek meghatározása előtt számos nemkívánatos anyag esetében belső határértékeket állapítottunk meg beszállítóinkkal közösen. Ez történt például az akrilamid, a 3-monoklór-propándiol, az ásványolaj-szénhidrogének, a pirrolizidin- és tropán alkaloidok és a transzsírsavak esetében. Nemcsak az élelmiszerjogi előírásoknak történő megfelelést ellenőrizzük, hanem a kutatások, a maradékanyag-elemzések és a fogyasztói tesztmagazinok új eredményeit is szem előtt tartjuk. Ezenkívül szorosan együttműködünk független vizsgáló intézmények szakértőivel is. A minőségre vonatkozó követelményeinket beszállítóink számára rögzítjük, és következetesen ellenőrizzük azok betartását.

### Az élelmiszerekben lévő nemkívánatos anyagokra vonatkozó célkitűzésünk

A szennyező anyagok és maradvány-anyagok mennyiségének csökkentése jelentősen a jogszabályi előírások alatti értékekre. Ezenkívül a már kitűzött célok továbbra is érvényesek.

## A növényvédő szerek mennyiségének csökkentése

A növényvédő szereket arra használják, hogy megvédjék a növényeket vagy növényi termékeket az olyan betegségektől, mint a gomba- vagy kártevőfertőzés. Használatuk azonban kockázatokkal járhat a biodiverzításra és az emberi egészségre nézve. Ezért az európai „Farm to Fork” stratégia, valamint „Az EU biodiverzitási stratégiája 2030-ig” stratégia a vegyi növényvédő szerek 50 százalékos csökkentésére szólít fel. A Lidl-nél már régen kitűztünk olyan célokat a növényvédő szerek mennyiségének csökkentésére, amelyek messze túlteljesítik a jelenlegi európai előírásokat.

### A növényvédő szerek mennyiségének csökkentésére irányuló célkitűzéseink

1. A lehető legnagyobb mértékben szermaradványmentes élelmiszerek kínálata.
2. A hatóanyag-maradványok legfeljebb a jogszabályi maximális tartalom egyharmadáig megengedettek.
3. A termékek összes maradék hatóanyag-tartalma nem haladhatja meg a jogszabályban meghatározott maximális szint 80 százalékát.
4. Összesen legfeljebb négyféle maradék hatóanyag-tartalom mutatható ki.



## A TUDATOS TÁPLÁLKOZÁS CÉLJAINAK ÁTTEKINTÉSE

### HÁTTÉR:

Az élelmiszerrendszerek környezetünkben betöltött szerepe egyre világosabb és jelenvalóbb. Napjainkban a táplálkozás bolygónk biokapacitásának 55%-át, azaz a Föld több mint felét emészti fel.<sup>1</sup> A környezetközvetlenül a táplálkozás is jelentős hatással van az egészségünkre. Európában és Észak-Amerikában az idő előtti halálozások egyharmada megelőzhető lenne egészséges táplálkozással.<sup>2</sup>

### KIHÍVÁS:

#### FENNTARTHATÓ ÉS EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS

A Planetary Health Diet egy globális táplálkozásbeli változás tudományos alapja<sup>3</sup>. Ha mindenki a növényi alapú étrend irányelveit követné, 2050-ben mintegy 10 milliárd embert lehetne egészségesen táplálni anélkül, hogy túlterhelnék a bolygót.

### CÉL:

Az a célunk, hogy **2025-re a legkiválóbb választékot** kínáljuk a **tudatos és fenntartható életmóddhoz**. Ennek alapja az élelmiszerbiztonság. Az egészséges és fenntartható táplálkozásra irányuló céljainkkal támogatni kívánjuk az élelmiszerrendszerek átalakulását.

<sup>1</sup> <https://www.overshootday.org/newsroom/press-release-july-2022-german/>

<sup>2</sup> <https://globalnutritionreport.org/reports/2021-global-nutrition-report/health-and-environmental-impacts-of-diets-worldwide/>

<sup>3</sup> [https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet\\_Commission\\_Summary\\_Report.pdf](https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf)

## ÉLELMISZERBIZTONSÁG



### A NEMKÍVÁNTATOS ANYAGOK HASZNÁLATÁNAK CSÖKKENTÉSE

Folyamatosan A szennyező anyagok és maradvány anyagok mennyiségének csökkentése jelentősen a jogszabályi előírások alatti értékekre

### A NÖVÉNYVÉDŐ SZEREK MENNYISÉGÉNEK CSÖKKENTÉSE

Folyamatosan A lehető legnagyobb mértékben szermaradványmentes élelmiszerek kínálata

A maradvány hatóanyag tartalom csökkentése a jogszabályi maximális tartalom legfeljebb egyharmadára

Az összes hatóanyag-maradvány százalékos felhasználása a jogszabályi maximális mennyiség legfeljebb 80%-ig

Élelmiszerekenként legfeljebb négyféle hatóanyag-maradvány mutatható ki

## EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS



### GYERMEKEKNEK SZÓLÓ MARKETING

Mostantól	Fokozzuk a gyerekek egészséges és fenntartható táplálkozását promotáló marketingtevékenységet
2023-tól	Tilos a saját márkás egészségtelen élelmiszerek reklámozása a gyerekek körében
2025 végéig	A gyerekek számára vonzó elemek megjelenítése kizárólag olyan saját márkás csomagolásokon, amelyek megfelelnek a WHO kritériumainak. Kivétel: karácsony, húsvét, halloween

### TELJES KIÖRLÉSŰ TERMÉKEK ÉS ÉLELMISZER ROSTOK

2023 végéig	Termékválasztékunk elemzése a teljes kiörlésű alternatívákkal történő bővítéshez
2025-ig	A teljes kiörlésű gabonafélék arányának folyamatos növelése a saját márkás termékekben Átláthatóság az élelmiszer-tartalom saját márkás termékeken történő feltüntetésével

### EGÉSZSÉGES ZSÍROK ÉS OLAJOK

Folyamatosan	A kiváló minőségű és fenntartható, lehetőleg regionális forrásokból származó növényi olajok arányának növelése a saját márkás termékekben
--------------	---

### A CUKOR- ÉS SÓTARTALOM CSÖKKENTÉSE

2025-ig	A hozzáadott cukor- és só-tartalom eladásokkal súlyozott átlagának csökkentése 20%-kal
---------	--

### ADALÉKANYAGOK

Folyamatosan	A természetes összetevők használatának előnyben részesítése az élelmiszer-adalékanyagokkal szemben
	A színezékek csökkentése, az azoszínezékek, a kinolinsárga és a zöld S használatának mellőzése
	Az aromák mérsékelt használata, a vegán helyettesítő termékekben is
	Az általános, nagymértékű vitaminizáció és mineralizáció mellőzése
	A tartósítószer mennyiségének csökkentése és mellőzése az élelmiszerbiztonság figyelembevételével

## FENNTARTHATÓ TÁPLÁLKOZÁS



### NÖVÉNYI ALAPÚ FEHÉRJEFORRÁSOK

A 2023-as üzleti évtől	Fehérjestratégia: Az állati fehérjeforrások és a növényi alapú fehérjeforrások arányának átláthatósága a fenntarthatósági jelentésben
2025-ig	A növényi alapú fehérjeforrások arányának növelése a termékválasztékunkban

### FENNTARTHATÓ TERMÉKVÁLASZTÉK-FEJLESZTÉS

Folyamatosan	Nyersanyagcéllok a beszerzési politikának megfelelően
--------------	---

### AZ ÉLELMISZER-HULLADÉK CSÖKKENTÉSE

2030-ig	Az élelmiszer-hulladék csökkentése 50%-kal
---------	--

## ÁTLÁTHATÓSÁG ÉS DÖNTÉSKÉPESSÉG



### NUTRI-SCORE

23. oldal	A Nutri-Score tápértékjelölés fokozatos bevezetése a saját márkás termékeinken.
-----------	---

# Szószedet



# Szószedet

<b>Energiasűrűség</b>	Egy élelmiszer energiatartalma 100 grammonként. Kalóriában (kcal) vagy kilojoule-ban (kJ) mérhető. A magas víz- és rosttartalmú élelmiszerek, például a legtöbb gyümölcs- és zöldségféle általában alacsony energiasűrűségű. A sok cukrot, zsírt vagy keményítőt tartalmazó termékeknek ezzel szemben nagy az energiasűrűségük. <sup>41</sup>
<b>Glükóz-fruktóz szirup</b>	Keményítőtartalmú növényekből, pl. kukoricából, burgonyából vagy búzából előállított cukorszirup. A glükóz-fruktóz szirupban a fruktóz (gyümölcscukor) aránya 5 és 50 százalék között van. Ennek a szirupnak nagyobb az édesítőereje, de gyakran használják az oldhatóság vagy az állag javítására is. A túl sok fruktózbevitel jelentős túlsúly, cukorbetegség, anyagcserezavarok, valamint szív- és érrendszeri betegségek fokozott kockázatához vezethet. <sup>42</sup>
<b>Nutri-Score</b>	Annak érdekében, hogy elősegítsük a tudatos fogyasztói döntéseket, létezik néhány tápértékjelölés. Ezek közül az egyik a Nutri-Score. Ez egy – a sötétzöld A-tól a piros E-ig terjedő – színskála segítségével jelöli, hogy egy termék mely táplálkozásfiziológiai kategóriába tartozik. <sup>43</sup>

<sup>41</sup> BMEL: Kompass Ernährung, 2019.

<sup>42</sup> VGMS: Glukose-Fruktose-Sirup, o. J.

<sup>43</sup> BMEL: Nutri Score, o. J.

# Források és hivatkozások



## Források és hivatkozások

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL):

### **Kompass Ernährung, o. J.**

<https://www.bmel.de/DE/service/publikationen/kompass-ernaehrung/kompass-ernaehrung.html>

(Állapot: 2022. 10. 06.)

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL):

### **Nutri-Score, o. J.**

[https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittel-kennzeichnung/freiwillige-angaben-und-label/nutri-score/nutri-score\\_node.html](https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittel-kennzeichnung/freiwillige-angaben-und-label/nutri-score/nutri-score_node.html)

(Állapot: 2022. 04. 20.)

Dr. med. Peter von Philipsborn/Verbraucherzentrale Bundesverband:

### **Lebensmittel mit Kinderoptik und deren Bewerbung, 2021**

[https://www.vzbv.de/sites/default/files/downloads/2021/02/16/vzbv\\_philipsborn\\_berecht\\_kindermarketing\\_2021-02.pdf](https://www.vzbv.de/sites/default/files/downloads/2021/02/16/vzbv_philipsborn_berecht_kindermarketing_2021-02.pdf)

(Állapot: 2022. 10. 06.)

Global Footprint Network:

### **Earth Overshoot Day 2022: Ecuador környezetvédelmi minisztere cselekvésre szólított fel: „Használjuk ökológiai erőnket a jövőnk alakítására”, 2022**

<https://www.overshootday.org/newsroom/press-release-july-2022-german/>

(Állapot: 2022. 10. 06.)

EAT Lancet Commission:

### **Food, Planet, Health, 2021**

[https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet\\_Commission\\_Summary\\_Report.pdf](https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf) (Állapot: 2022. 10. 06.)

Emma Calvert/The European Consumer Organisation:

### **Food marketing to children needs rules with teeth, 2021**

[https://www.beuc.eu/sites/default/files/publications/beuc-x-2021-084\\_food\\_marketing\\_to\\_children\\_needs\\_rules\\_with\\_teeth.pdf](https://www.beuc.eu/sites/default/files/publications/beuc-x-2021-084_food_marketing_to_children_needs_rules_with_teeth.pdf)

(Állapot: 2022. 10. 06.)

Európai Élelmiszerbiztonsági Hatóság:

### **Eurobarometer Spezial 354: Lebensmittelrisiken, 2010**

[Eurobarometer Summary DE \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/eurobarometer/surveys/view/eurobarometer-354)

(Állapot: 2022. 10. 06.)

European Commission:

### **Impact Assessment Report, 2022**

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX%3A52022SC0085>

(Állapot: 2022. 10. 06.)

European Commission:

### **Making our food fit for the future – Citizen expectations, 2020**

<https://europa.eu/eurobarometer/api/deliverable/download/file?deliverableId=73867>

(Állapot: 2022. 10. 06.)

European Environment Agency:

### **Consumption of meat, dairy, fish and seafood, 2017**

<https://www.eea.europa.eu/data-and-maps/indicators/13.2-development-in-consumption-of-assessment-1>

(Állapot: 2022. 10. 06.)

Eurostat – Statistics Explained:

### **Causes of death statistics, 2022**

[Causes of death statistics - Statistics Explained \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&code=sdg-3-6.2)

(Állapot: 2022. 10. 06.)

Eurostat – Statistics Explained:

### **Food waste by sector of activities, 2020**

[https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=File:Table1\\_Tfreshmass.PNG](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=File:Table1_Tfreshmass.PNG)  
(Állapot: 2022. 12. 06.)

---

Food and Agriculture Organization of the United Nations:

### **GLEAM 3.0 Assessment of greenhouse gas emissions and mitigation potential, 2017**

<https://www.fao.org/gleam/results/en/>  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

Foodwatch – die Essensretter:

### **Pressemitteilung – Marktcheck: Comic-Figuren werben fast ausschließlich für Junkfood – „Biene Maja“ und „Wickie“ verleiten Kinder zu ungesunder Ernährung, 2015**

<https://www.foodwatch.org/de/pressemitteilungen/2015/pressemitteilung-marktcheck-comic-figuren-werben-fast-ausschliesslich-fuer-junkfood-biene-maja-und-wickie-verleiten-kinder-zu-ungesunder-ernaehrung/>  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

Geng Zong, Alisa Gao, Frank B. Hu, Qi Sun:

### **Whole Grain Intake and Mortality From All Causes, Cardiovascular Disease, and Cancer: A Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies, 2016**

<https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/CIRCULATIONAHA.115.021101>  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

George A Bray, Samara Joy Nielsen, Barry M Popkin/The American Journal of Clinical Nutrition:

### **Consumption of high-fructose corn syrup in beverages may play a role in the epidemic of obesity, 2022**

<https://www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/food-additive-re-evaluations>  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

Global Nutrition Report:

### **What we eat matters: Health and environmental impacts of diets worldwide, 2021**

<https://globalnutritionreport.org/reports/2021-global-nutrition-report/health-and-environmental-impacts-of-diets-worldwide/>  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

Hannah Ritchie/Our World in Data:

### **Cutting down forests: what are the drivers of deforestation?, 2021**

<https://ourworldindata.org/what-are-drivers-deforestation>  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

J. Aulakh, A. Regmi:

### **Post-harvest food losses estimation: development of consistent methodology, 2013**

(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

James J DiNicolantonio, Ashwin M Subramonian, James H O`Keefe:

### **Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis, 2017**

[Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis | Open Heart \(bmj.com\)](#) □  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

---



Leonie Elizabeth, Priscila Machado, Marit Zinöcker, Phillip Baker,  
Mark Lawrence:

**Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review, 2020**

[Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review - PMC \(nih.gov\)](#)(Állapot: 2022. 10. 06.)

Lidl Magyarország

**Fenntarthatósági Jelentés 2020/2021, 2022**

[Lidl Magyarország - Fenntarthatósági Jelentés 2020/2021](#) (Állapot: 2022. 12. 23.)

Loreen Kloss, Julia Meyer, Lutz Graeve, Walter Vetter:

**Sodium intake and its reduction by food reformulation in the European Union – A review, 2015**

[\(PDF\) Sodium intake and its reduction by food reformulation in the European Union – A review \(researchgate.net\)](#)  
(Állapot: 2022. 10. 06.)

Max-Rubner-Institut:

**Ernährungsphysiologische Bewertung und Auswirkungen des Isoglukosekonsums auf die menschliche Gesundheit, o.J.**

[Isoglukose\\_Ernährungsphysiologische\\_Bewertung.pdf \(bund.de\)](#)(Állapot: 2022. 10. 06.)

MD Dr PH Dariush Mozaffarian:

**Dietary fat, 2022**

<https://www.uptodate.com/contents/dietary-fat>(Állapot: 2022. 10. 06.)

Organisation for Economic Co-operation Development:  
**Agricultural Outlook 2021-2030, 2022**

[https://www.oecd-ilibrary.org/agriculture-and-food/sugar-projections-consumption-per-capita\\_4ad4cf3a-en](https://www.oecd-ilibrary.org/agriculture-and-food/sugar-projections-consumption-per-capita_4ad4cf3a-en)(Állapot: 2022. 10. 06.)

PD Dr. Tobias Effertz/Universität Hamburg:

**Kindermarketing für ungesunde Lebensmittel in Internet und TV, 2021**

<https://www.bwl.uni-hamburg.de/irdw/dokumente/kindermarketing2021effertzunihh.pdf>(Állapot: 2022. 10. 06.)

Prof Christopher J L Murray/University of Washington:

**Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study, 2017**

[Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017 - PMC \(nih.gov\)](#)(Állapot: 2022. 10. 06.)

P.W. Gerbens-Leenes, M.M. Mekonnen, A.Y. Hoekstra:

**The water footprint of poultry, pork and beef: A comparative study in different countries and production systems, 2013**

[https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212371713000024?\\_ga=2.8553269.1801499850.1659819119-2140775266.1659819118](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212371713000024?_ga=2.8553269.1801499850.1659819119-2140775266.1659819118)(Állapot: 2022. 10. 06.)

Statista:

**Distribution of land use for food production worldwide as of 2019, 2021**

<https://www.statista.com/statistics/1260751/global-land-footprint-of-food-production-by-type/>(Állapot: 2022. 10. 06.)

Verband der Getreide-, Mühlen-, und Stärkewirtschaft (VGMS) e.V.:  
**Glukose-Fruktose-Sirup, o. J.**

<https://www.vgms.de/staerkeindustrie/lebensmittel/staerkebasierte-zucker/glukose-fruktose-sirup>(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

World Health Organization:  
**Diabetes, 2022**

[Diabetes \(who.int\)](#)(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

World Food Programme:  
**5 facts about food waste and hunger, 2020**

<https://www.wfp.org/stories/5-facts-about-food-waste-and-hunger>(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

World Health Organization:  
**Digital food environments, 2021**

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342072/WHO-EURO-2021-2755-42513-59052-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

World Health Organization:  
**Nutrition: Trans fat, 2018**

<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/nutrition-trans-fat>(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

World Health Organization:  
**Salt Intake, 2022**

<https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/3082>(Állapot: 2022. 10. 06.)

World Health Organization:

**WHO calls on countries to reduce sugars intake among adults and children, 2015**

<https://www.who.int/news/item/04-03-2015-who-calls-on-countries-to-reduce-sugars-intake-among-adults-and-children#:~:text=A%20new%20WHO%20guideline%20recommends,would%20provide%20additional%20health%20benefits>(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

World Health Organization:

**WHO Regional Office for Europe nutrient profile model, 2015**

[https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0005/270716/Nutrient-children\\_web-new.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/270716/Nutrient-children_web-new.pdf)(Állapot: 2022. 10. 06.)

---

WWF:

**Auf der Ölspur: Berechnungen zu einer palmölfreieren Welt, 2016**

[WWF-Studie Auf der Ölspur.pdf](#)(Állapot: 2022. 10. 06.)

# Képjegyzék

## Címlapkép

marilyn barbone, stock.adobe.com

---



## Kapcsolat

Lidl Magyarország  
1037 Budapest  
Rádl árok 6.

[csr\\_purchasing@lidl.hu](mailto:csr_purchasing@lidl.hu)

## További hivatkozások a CSR-hez

[www.lidl.hu](http://www.lidl.hu)  
[www.lidl.hu/fenntarthatosag](http://www.lidl.hu/fenntarthatosag)

## Szerzői jogi nyilatkozat

Ennek a dokumentumnak a tartalmait (pl. a szövegeket, ábrákat, fényképeket, logókat stb.), valamint magát a dokumentumot a szerzői jog védi. A Lidl írásbeli engedélye nélkül ezt a dokumentumot és/vagy a dokumentum tartalmait nem lehet továbbadni, módosítani, közzétenni, lefordítani vagy sokszorosítani.

## Nemi vonatkozású tudnivaló

A dokumentum olvashatóságának megkönnyítése érdekében a személyekre utaló kifejezésekben a hímnemű alakot használjuk. A megfelelő kifejezések az egyenlő bánásmód érdekében az összes nemre vonatkoznak. A rövidített nyelvi formát kizárólag szerkesztőségi okokból alkalmazzuk, és nem jelent értékelést.

© Lidl Magyarország