

Acest document are doar scop informativ și nu produce efecte juridice. Instituțiile Uniunii nu își asumă răspunderea pentru conținutul său. Versiunile autentice ale actelor relevante, inclusiv preambulul acestora, sunt cele publicate în Jurnalul Oficial al Uniunii Europene și disponibile pe site-ul EUR-Lex. Aceste texte oficiale pot fi consultate accesând linkurile integrate în prezentul document.

► **B** **REGULAMENTUL (UE) NR. 432/2012 AL COMISIEI**
din 16 mai 2012

de stabilire a unei liste de mențiuni de sănătate permise, înscrise pe produsele alimentare, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor

(Text cu relevanță pentru SEE)

(JO L 136, 25.5.2012, p. 1)

Astfel cum a fost modificat prin:

		Jurnalul Oficial		
		NR.	Pagina	Data
► <u>M1</u>	Regulamentul (UE) nr. 536/2013 al Comisiei din 11 iunie 2013	L 160	4	12.6.2013
► <u>M2</u>	Regulamentul (UE) nr. 851/2013 al Comisiei din 3 septembrie 2013	L 235	3	4.9.2013
► <u>M3</u>	Regulamentul (UE) nr. 1018/2013 al Comisiei din 23 octombrie 2013	L 282	43	24.10.2013
► <u>M4</u>	Regulamentul (UE) nr. 40/2014 al Comisiei din 17 ianuarie 2014	L 14	8	18.1.2014
► <u>M5</u>	Regulamentul (UE) nr. 274/2014 al Comisiei din 14 martie 2014	L 83	1	20.3.2014
► <u>M6</u>	Regulamentul (UE) 2015/7 al Comisiei din 6 ianuarie 2015	L 3	3	7.1.2015
► <u>M7</u>	Regulamentul (UE) 2015/539 al Comisiei din 31 martie 2015	L 88	7	1.4.2015
► <u>M8</u>	Regulamentul (UE) 2015/2314 al Comisiei din 7 decembrie 2015	L 328	46	12.12.2015
► <u>M9</u>	Regulamentul de punere în aplicare (UE) 2016/854 al Comisiei din 30 mai 2016	L 142	5	31.5.2016
► <u>M10</u>	Regulamentul (UE) 2016/1413 al Comisiei din 24 august 2016	L 230	8	25.8.2016
► <u>M11</u>	Regulamentul de punere în aplicare (UE) 2017/672 al Comisiei din 7 aprilie 2017	L 97	24	8.4.2017
► <u>M12</u>	Regulamentul de punere în aplicare (UE) 2017/676 al Comisiei din 10 aprilie 2017	L 98	1	11.4.2017
► <u>M13</u>	Regulamentul (UE) 2017/1407 al Comisiei din 1 august 2017	L 201	1	2.8.2017
► <u>M14</u>	Regulamentul de punere în aplicare (UE) 2021/686 al Comisiei din 23 aprilie 2021	L 143	8	27.4.2021
► <u>M15</u>	Regulamentul (UE) 2024/2041 al Comisiei din 29 iulie 2024	L 2041	1	30.7.2024

rectificat prin:

► **C1** Rectificare, JO L 65, 2.3.2023, p. 60 (2015/2314)

**REGULAMENTUL (UE) NR. 432/2012 AL COMISIEI****din 16 mai 2012****de stabilire a unei liste de mențiuni de sănătate permise, înscrise pe produsele alimentare, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor****(Text cu relevanță pentru SEE)***Articolul 1***Mențiuni de sănătate permise**

- (1) Lista mențiunilor de sănătate care pot fi înscrise pe produsele alimentare, astfel cum se menționează la articolul 13 alineatul (3) din Regulamentul (CE) nr. 1924/2006, este stabilită în anexa la prezentul regulament.
- (2) Mențiunile de sănătate menționate la alineatul (1) pot fi înscrise pe produsele alimentare în conformitate cu condițiile stabilite în anexă.

*Articolul 2***Intrare în vigoare și aplicare**

Prezentul regulament intră în vigoare în a douăzecea zi de la data publicării în *Jurnalul Oficial al Uniunii Europene*.

Se aplică de la 14 decembrie 2012.

Prezentul regulament este obligatoriu în toate elementele sale și se aplică direct în toate statele membre.

▼B

ANEXĂ

LISTA MENȚIUNILOR DE SĂNĂTATE PERMISE

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Cărbune activ	Cărbunele activ contribuie la reducerea flatulenței după consumul de alimente	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 1 g de cărbune activ la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului unei cantități de 1 g, cel puțin cu 30 de minute înainte de masă și de 1 g imediat după masă.		2011;9(4):2049	1938
Acid alfa-linolenic (AAL)	AAL contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de AAL, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE ACIZI GRAȘI OMEGA 3, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Consumatorul trebuie informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 2 g de AAL.		2009; 7(9):1252 2011;9(6):2203	493, 568
▼ <u>M1</u> Alfa-ciclodextrină	Consumul de alfa-ciclodextrină în cadrul unei mese care conține amidon contribuie la o diminuare a creșterii glicemiei în sânge după masa respectivă	Mențiunea poate fi utilizată pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 5 g de alfa-ciclodextrină la 50 g de amidon pe porție măsurată, ca parte a unei mese. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține prin consumarea alfa-ciclodextrinei în cursul mesei.		2012;10(6):2713	2926
▼ <u>B</u> Arabinoxilan produs din endospermul bobului de grâu	Consumul de arabinoxilan în timpul unei mese contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 8 g de fibre bogate în arabinoxilan (AX) produse din endospermul bobului de grâu (cel puțin 60 % AX per greutate) la 100 g de carbohidrați disponibili la o porție cuantificată ca parte a unei mese. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului, în timpul mesei, de fibre bogate în arabinoxilan (AX) produse din endospermul bobului de grâu.		2011;9(6):2205	830

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Fibre din boabe de orz	Fibrele conținute în boabele de orz contribuie la creșterea volumului bolului fecal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(6):2249	819
Fibrele din sfecla de zahăr	Fibrele din sfecla de zahăr contribuie la creșterea volumului bolului fecal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(12):2468	
Băutură nealcoolică acidă reformulată care conține: — mai puțin de 1 g de carbohidrați fermentabili per 100 ml (zaharuri și alți carbohidrați, cu excepția polioolilor); — calciu în intervalul 0,3-0,8 mol per mol de acidifiant; — pH în intervalul 3,7-4,0.	Înlocuirea băuturilor acide cu conținut de zahăr precum băuturile răcoritoare (de obicei 8-12 g zaharuri/100 ml) cu băuturi reformulate contribuie la menținerea mineralizării dinților (***)	Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, băuturile acide reformulate trebuie să fie conforme cu descrierea produsului alimentar care face obiectul mențiunii.	—	2010;8(12):1884	—
Beta-glucani	Beta-glucanii contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 1 g de beta-glucani din ovăz, tărâțe de ovăz, orz, tărâțe de orz sau din amestecuri de astfel de surse la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie să fie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de beta-glucani din ovăz, tărâțe de ovăz, orz, tărâțe de orz sau din amestecuri de astfel de beta-glucani.		2009; 7(9):1254 2011;9(6):2207	754, 755, 757, 801, 1465, 2934 1236, 1299

▼B

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Beta-glucani din ovăz și orz	Consumul de beta-glucani din ovăz sau orz la o masă contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 4 g de beta-glucani din ovăz sau orz la fiecare 30 g de carbohidrați disponibili într-o porție cuantificată, la o masă. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului de beta-glucani din ovăz sau orz în timpul mesei.		2011;9(6):2207	821, 824
Betaină	Betaina contribuie la metabolismul normal al homocisteinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 500 mg de betaină la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 1,5 g de betaină.	Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că un consum zilnic care depășește 4 g poate determina o creștere semnificativă a nivelului de colesterol în sânge.	2011;9(4):2052	4325
Biotină	Biotina contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	114, 117
Biotină	Biotina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	116
Biotină	Biotina contribuie la metabolismul normal al macronutrienților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	113, 114, 117, 4661

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Biotină	Biotina contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1728	120
Biotină	Biotina contribuie la menținerea sănătății părului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	118, 121, 2876
Biotină	Biotina contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1209	115
Biotină	Biotina contribuie la menținerea sănătății pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1209 2010;8(10):1728	115, 121
Calcium	Calcium contribuie la coagularea normală a sângelui	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calcium, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	230, 236
Calcium	Calcium contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calcium, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	234

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Calciu	Calciul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	226, 230, 235
Calciu	Calciul contribuie la o neurotransmisie normală	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	227, 230, 235
Calciu	Calciul contribuie la funcționarea normală a enzimelor digestive	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210	355
Calciu	Calciul contribuie la procesul de diviziune și de diferențiere celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1725	237
Calciu	Calciul este necesar pentru menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210 2009; 7(9):1272 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 350, 354, 2731, 3155, 4311, 4312, 4703 4704
Calciu	Calciul este necesar pentru menținerea sănătății dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1210 2010;8(10):1725 2011;9(6):2203	224, 230, 231, 2731, 3099,3155, 4311, 4312, 4703 4704

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Soluții carbohidrați – electroliți	Soluțiile carbohidrați – electroliți contribuie la menținerea rezistenței la efort în timpul exercițiilor fizice prelungite	Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă pe acestea, soluțiile carbohidrați-electroliți trebuie să conțină 80-350 kcal/L provenind din carbohidrați, iar cel puțin 75 % din energie trebuie să provină din carbohidrați care determină un răspuns glicemic rapid, precum glucoza, polimerii de glucoză și zaharoza. În plus, aceste băuturi trebuie să conțină sodiu între 20 mmol/L (460 mg/L) și 50 mmol/L (1 150 mg/L) și să aibă o osmolalitate între 200-330 mOsm/kg apă.		2011;9(6):2211	466, 469
Soluții carbohidrați – electroliți	Soluțiile carbohidrați – electroliți cresc absorbția de apă în timpul exercițiilor fizice	Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă pe acestea, soluțiile carbohidrați-electroliți trebuie să conțină 80-350 kcal/L provenind din carbohidrați, iar cel puțin 75 % din energie trebuie să provină din carbohidrați care determină un răspuns glicemic rapid, precum glucoza, polimerii de glucoză și zaharoza. În plus, aceste băuturi trebuie să conțină sodiu între 20 mmol/L (460 mg/L) și 50 mmol/L (1 150 mg/L) și să aibă o osmolalitate între 200-330 mOsm/kg apă.		2011;9(6):2211	314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309
Soluții de carbohidrați	Soluțiile de carbohidrați contribuie la îmbunătățirea performanțelor fizice în timpul unor exerciții fizice foarte intense și de lungă durată la adulții antrenați.	Mențiunea poate fi utilizată numai pentru soluțiile de carbohidrați care, conform instrucțiunilor de utilizare, furnizează între 30 g și 90 g de carbohidrați pe oră, în cazul în care carbohidrații în cauză sunt glucoza, zaharoza, fructoza și/sau maltodextrinele, în următoarele condiții: (a) fructoza (obținută din fructoză și/sau zaharoză) nu trebuie să reprezinte mai mult de 1/3 din carbohidrații totali; și (b) glucoza (obținută din glucoză, zaharoză și/sau maltodextrine) nu trebuie să depășească 60 g/h. Consumatorul trebuie să fie informat cu privire la faptul că efectul benefic este obținut numai de adulții antrenați care efectuează exerciții fizice foarte intense (cel puțin 65 % din VO2max) și de lungă durată (cel puțin 60 de minute).	Mențiunea poate fi utilizată numai în cazul produselor alimentare destinate adulților antrenați care efectuează exerciții fizice foarte intense și de lungă durată.	2018;16(3):5191	

▼M14

▼ **B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
---	----------	-----------------------------------	--	------------------------	---

▼ **M9**

Carbohidrați nedigerabili	Consumul de alimente/băuturi care conțin <denumirea tuturor carbohidraților nedigerabili utilizați> în loc de zaharuri induce o creștere mai mică a glucozei sanguine după consumarea lor în raport cu alimentele băuturile care conțin zaharuri.	Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, zaharurile trebuie înlocuite în produsele alimentare sau în băuturi cu carbohidrați nedigerabili, care sunt carbohidrați care nici nu se digeră, nici nu se absorb din intestinul subțire, astfel încât produsele alimentare sau băuturile conțin cantități de zaharuri reduse cu cel puțin cantitatea menționată în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], astfel cum figurează în lista din anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2014;12(1):3513 2014;12(10):3838 2014;12(10):3839	
Carbohidrați nefermentabili	Consumul de produse alimentare/băuturi care conțin <denumirea tuturor carbohidraților nefermentabili> în loc de carbohidrați fermentabili contribuie la menținerea mineralizării dinților.	Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, carbohidrații fermentabili (1**) ar trebui să fie înlocuiți în produsele alimentare sau în băuturi cu carbohidrați nefermentabili (2***) în asemenea cantități încât consumarea unor astfel de produse alimentare sau de băuturi să nu reducă pH-ul plăcii sub valoarea de 5,7 în cursul consumului și în cele 30 de minute de după consum. (1**) Carbohidrații fermentabili sunt definiți ca acei carbohidrați sau amestecuri de carbohidrați, astfel cum sunt consumați din produse alimentare sau din băuturi, care reduc pH-ul plăcii sub valoarea de 5,7, determinată <i>in vivo</i> sau <i>in situ</i> prin teste de telemetrie a pH-ului plăcii, prin fermentație bacteriană în cursul consumului și în cele 30 de minute de după consum. (2***) Carbohidrații nefermentabili sunt definiți ca acei carbohidrați sau amestecuri de carbohidrați, astfel cum sunt consumați din produse alimentare sau din băuturi, care nu reduc pH-ul, determinat <i>in vivo</i> sau <i>in situ</i> prin teste de telemetrie a pH-ului plăcii, sub o valoare conservatoare de 5,7 prin fermentație bacteriană în cursul consumului și în cele 30 de minute de după consum.		2013;11(7):3329	

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Chitosan	Chitosanul contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 3 g de chitosan. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de chitosan.		2011;9(6):2214	4663
Clorură	Clorura contribuie la digestia normală, prin producerea de acid clorhidric în stomac	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de clorură, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.	Mențiunea nu poate fi utilizată pentru clorura a cărei sursă este clorura de sodiu	2010;8(10):1764	326
Colină	Colina contribuie la metabolismul normal al homocisteinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 82,5 mg de colină la 100 g sau 100 ml sau la o singură porție de produs alimentar.		2011;9(4):2056	3090
Colină	Colina contribuie la metabolismul normal al lipidelor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 82,5 mg de colină la 100 g sau 100 ml sau la o singură porție de produs alimentar.		2011;9(4):2056	3186
Colină	Colina contribuie la menținerea funcției normale a ficatului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 82,5 mg de colină la 100 g sau 100 ml sau la o singură porție de produs alimentar.		2011;9(4):2056 2011;9(6):2203	1501 712, 1633
Crom	Cromul contribuie la metabolismul normal al macronutrienților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de crom trivalent, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1732	260, 401, 4665, 4666, 4667
Crom	Cromul contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale glucozei din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de crom trivalent, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1732 2011;9(6):2203	262, 4667 4698
Cupru	Cuprul contribuie la menținerea sănătății țesuturilor conjunctive	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	265, 271, 1722

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Cupru	Cuprul contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	266, 1729
Cupru	Cuprul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	267, 1723
Cupru	Cuprul contribuie la pigmentarea normală a părului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Cupru	Cuprul contribuie la transportul normal al fierului în corp	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	269, 270, 1727
Cupru	Cuprul contribuie la pigmentarea normală a pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	268, 1724
Cupru	Cuprul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211 2011;9(4):2079	264, 1725

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Cupru	Cuprul contribuie la protejarea constituenților celulari împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1211	263, 1726
Creatină	Creatina crește performanța fizică în eforturi succesive din timpul exercițiilor fizice de scurtă durată și de mare intensitate	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 3 g de creatină. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de creatină.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare destinate adulților care efectuează exerciții fizice de mare intensitate	2011;9(7):2303	739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924
▼ <u>M11</u>					
Creatină	Consumul zilnic de creatină poate potența efectul antrenamentului de rezistență asupra forței musculare la adulții cu vârste de peste 55 de ani.	Consumatorii trebuie să fie informați că: — mențiunea este destinată adulților cu vârste de peste 55 de ani, care efectuează cu regularitate antrenamente de rezistență; — efectul benefic se obține la consumul zilnic de 3 g de creatină în combinație cu un antrenament de rezistență, care permite creșterea în timp a sarcinii de antrenament și care ar trebui efectuat cel puțin de trei ori pe săptămână timp de mai multe săptămâni, la o intensitate de cel puțin 65 %-75 % din sarcina maximă pentru o repetiție (*****).	Mențiunea poate fi utilizată numai pentru produse alimentare destinate adulților cu vârste de peste 55 de ani, care efectuează cu regularitate antrenamente de rezistență.	2016;14(2):4400	
▼ <u>B</u>					
Acid docosahexaenoic (DHA)	DHA contribuie la menținerea funcției normale a creierului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 40 mg de DHA la 100 g și 100 kcal. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 250 mg de DHA.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	565, 626, 631, 689, 704, 742, 3148, 690, 3151, 497, 501, 510, 513, 519, 521, 534, 540, 688, 1323, 1360, 4294

▼**B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Acid docosahexaenoic (DHA)	DHA contribuie la menținerea vederii normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 40 mg de DHA la 100 g și 100 kcal. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 250 mg de DHA.		2010;8(10):1734 2011;9(4):2078	627, 632, 743, 3149, 2905, 508, 510, 513, 519, 529, 540, 688, 4294

▼**M1**

Acid docosahexaenoic (DHA)	DHA contribuie la menținerea concentrațiilor normale de trigliceride din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care oferă un aport zilnic de 2 g de DHA și care conțin DHA în combinație cu acid eicosapentaenoic (EPA). Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 2 g de DHA. Când mențiunea este folosită pentru suplimentele alimentare și/sau produsele alimentare îmbogățite, consumatorii trebuie, de asemenea, să fie informați că nu trebuie să depășească un consum zilnic suplimentar cumulat de 5 g de EPA și DHA.	Mențiunea nu este utilizată pentru produsele alimentare destinate copiilor.	2010;8(10):1734	533, 691, 3150
Acid docosahexaenoic și acid eicosapentaenoic (DHA/EPA)	DHA și EPA contribuie la menținerea tensiunii arteriale normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 3 g de EPA și DHA. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de EPA și DHA. Când mențiunea este folosită pentru suplimentele alimentare și/sau produsele alimentare îmbogățite, consumatorii trebuie, de asemenea, să fie informați să nu depășească un consum zilnic suplimentar cumulat de 5 g de EPA și DHA.	Mențiunea nu este utilizată pentru produsele alimentare destinate copiilor.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	502, 506, 516, 703, 1317, 1324
Acid docosahexaenoic și acid eicosapentaenoic (DHA/EPA)	DHA și EPA contribuie la menținerea concentrațiilor normale de trigliceride din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 2 g de EPA și DHA. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 2 g de EPA și DHA. Când mențiunea este folosită pentru suplimentele alimentare și/sau produsele alimentare îmbogățite, consumatorii trebuie, de asemenea, să fie informați să nu depășească un consum zilnic suplimentar cumulat de 5 g de EPA și DHA.	Mențiunea nu este utilizată pentru produsele alimentare destinate copiilor.	2009; 7(9):1263 2010;8(10):1796	506, 517, 527, 538, 1317, 1324, 1325

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Acid eicosapentaenoic și acid docosahe-xaenoic (EPA/DHA)	EPA și DHA contribuie la funcția normală a inimii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de EPA și DHA, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE ACIZI GRAȘI OMEGA 3, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 250 mg de EPA și DHA.		2010;8(10):1796 2011;9(4):2078	504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360
Fluorură	Fluorura contribuie la menținerea mineralizării dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fluorură, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1212 2010;8(10):1797	275, 276, 338, 4238,
Folat	Folatul contribuie la creșterea țesutului matern în timpul sarcinii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	2882
Folat	Folatul contribuie la sinteza normală a aminoacizilor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1760	195, 2881
Folat	Folatul contribuie la buna funcționare a hemato-poiezei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	79

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Folat	Folatul contribuie la metabolismul normal al homocisteinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	80
Folat	Folatul contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1760	81, 85, 86, 88
Folat	Folatul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1213	91
Folat	Folatul contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1760	84
Folat	Folatul contribuie la procesul de diviziune celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1213 2010;8(10):1760	193, 195, 2881

▼ **B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
▼ M1 Fructoză	Consumul de alimente care conțin fructoză duce la o creștere mai redusă a glicemiei decât produsele alimentare care conțin zaharoză sau glucoză	Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, glucoza și/sau sucroza din produsele alimentare sau băuturile îndulcite ar trebui să fie înlocuită cu fructoză, astfel încât reducerea conținutului de glucoză și/sau sucroză din aceste alimente sau băuturi să fie de cel puțin 30 %.		2011;9(6):2223	558
▼ B Produse alimentare cu conținut scăzut sau redus de acizi grași saturați	Reducerea consumului de grăsimi saturate contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având cel puțin un conținut scăzut de acizi grași saturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT SCĂZUT DE GRĂSIMI SATURATE sau având un conținut redus de acizi grași saturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(4):2062	620, 671, 4332
Produse alimentare cu conținut scăzut sau redus de sodiu	Reducerea consumului de sodiu contribuie la menținerea tensiunii arteriale normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având cel puțin un conținut scăzut de sodiu/sare, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT SCĂZUT DE SODIU/SARE sau având un conținut redus de sodiu/sare, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(6):2237	336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420
▼ M3 Glucide	Glucidele contribuie la menținerea unei funcții cerebrale normale	Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 130 g de glucide din toate sursele. Mențiunea de sănătate poate fi utilizată pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 20 g de glucide care sunt metabolizate de oameni, cu excepția polioliilor, pe porție cuantificată și care respectă mențiunile nutriționale CONȚINUT REDUS DE ZAHARURI sau FĂRĂ ADAOS DE ZAHARURI, care figurează în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.	Mențiunea nu poate fi folosită pentru produse alimentare care conțin zaharuri în proporție de 100 %.	2011;9(6):2226	603,653

▼ **B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Glucide	Glucidele contribuie la recuperarea funcționării normale a mușchilor (contractie) după un exercițiu fizic foarte intens și/sau de lungă durată, care conduce la oboseală musculară și la epuizarea depozitelor de glicogen din mușchiul scheletic.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care furnizează glucide care sunt metabolizate de oameni (cu excepția poliolilor). Trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului de glucide, din toate sursele, la o doză totală de 4 g per kg de greutate corporală, în doze administrate în primele patru ore și nu mai târziu de șase ore, în urma unui exercițiu fizic foarte intens și/sau de lungă durată, care conduce la oboseală musculară și la epuizarea depozitelor de glicogen din mușchiul scheletic.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare destinate adulților care au efectuat un exercițiu fizic foarte intens și/sau de lungă durată, care conduce la oboseală musculară și la epuizarea depozitelor de glicogen din mușchiul scheletic.	2013;11(10):3409	
Glucomanan (konjac mannan)	Glucomananul contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colestrolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 4 g de glucomanan. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 4 g de glucomanan.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2009; 7(9):1258 2010;8(10):1798	836, 1560, 3100, 3217
Glucomananul (konjac mannan)	În condițiile unei diete hipocalorice, glucomananul contribuie la scăderea în greutate	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 1 g de glucomanan la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de glucomanan în trei doze a câte 1 g, luate împreună cu 1-2 pahare de apă, înaintea meselor și în condițiile unei diete hipocalorice.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2010;8(10):1798	854, 1556, 3725,

▼ **M6**▼ **B**

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Gumă de Guar	Guma de Guar contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 10 g de gumă de Guar. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 10 g de gumă de Guar.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2010;8(2):1464	808
Hidroxiopropil metilceluloză (HPMC)	Consumul de hidroxiopropil metilceluloză în timpul mesei contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză din sânge după masa respectivă	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 4 g de HPMC la o porție cuantificată la o masă. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 4 g de HPMC în timpul unei mese.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2010;8(10):1739	814
Hidroxiopropil metilceluloză (HPMC)	Hidroxiopropil metilceluloza contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 5 g de HPMC. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 5 g de HPMC.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2010;8(10):1739	815

▼ **B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
▼ M8 ► C1 Inulină nativă din cicoare ◀	► C1 Inulina din cicoare contribuie la funcționarea normală a intestinului prin creșterea frecvenței defecărilor (*****) ◀	► C1 Consumatorul trebuie să fie informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 12 g de inulină din cicoare. Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de cel puțin 12 g de inulină din cicoare, un amestec nefracționat de monoza-haride (< 10 %), dizaharide, fructani de tip inulină și inulină extrasă din cicoare, cu un grad mediu de polimerizare ≥ 9. ◀		2015;13(1):3951	
▼ B Iod	Iodul contribuie la funcția cognitivă normală	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273
Iod	Iodul contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 402
Iod	Iodul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1800	273
Iod	Iodul contribuie la menținerea sănătății pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1214	370

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Iod	Iodul contribuie la producția normală de hormoni tiroidieni și la funcționarea normală a glandei tiroide	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1214 2010;8(10):1800	274, 1237
Fier	Fierul contribuie la funcția cognitivă normală	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	253
Fier	Fierul contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	251, 1589, 255
Fier	Fierul contribuie la formarea normală a globulelor roșii și a hemoglobinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	249, 1589, 374, 2889
Fier	Fierul contribuie la transportul normal al oxigenului în corp	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1215 2010;8(10):1740	250, 254, 256, 255
Fier	Fierul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	252, 259

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Fier	Fierul contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1740	255, 374, 2889
Fier	Fierul contribuie la procesul de diviziune celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1215	368
Flavanoli din cacao	Flavanolii din cacao ajută la menținerea elasticității vaselor de sânge, contribuind la menținerea unui flux sanguin normal (*****) (*****)	Consumatorul este informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 200 mg de flavanoli din cacao. Mențiunea poate fi utilizată numai pentru băuturile care conțin cacao (pudră de cacao) sau pentru ciocolata neagră care furnizează un aport zilnic de minimum 200 mg de flavanoli din cacao cu un grad de polimerizare în intervalul 1-10 (*****) Mențiunea poate fi utilizată numai pentru capsulele sau tabletele care conțin un extract de cacao cu un conținut ridicat de flavanoli, care furnizează un aport zilnic de minimum 200 mg de flavanoli din cacao cu un grad de polimerizare în intervalul 1-10 (*****)	—	2012;10(7):2809 (*****) 2014;12(5):3654 (*****)	—
Enzima lactază	Enzima lactază îmbunătățește digestia lactozei la persoanele care au dificultăți în ceea ce privește digerarea lactozei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru suplimentele alimentare, cu o doză minimă de 4 500 unități FCC (Food Chemicals Codex – Codexul substanțelor chimice din produsele alimentare), cu instrucțiuni pentru persoanele vizate privind consumul la fiecare masă care conține lactoză.	Persoanele vizate trebuie informate, de asemenea, că toleranța la lactoză este variabilă și că trebuie să solicite recomandări în ceea ce privește rolul acestei substanțe în dieta lor.	2009; 7(9):1236 2011;9(6):2203	1697, 1818 1974

▼B

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
▼ <u>M12</u> Lactitol	Lactitolul contribuie la funcționarea normală a intestinului prin creșterea frecvenței defecărilor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru suplimentele alimentare care conțin 10 g de lactitol administrate într-o porție zilnică unică cuantificată. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, acesta trebuie să conțină o informație pentru consumatori în care să se precizeze că efectul benefic se obține prin consumul a 10 g de lactitol într-o singură doză zilnică.	Mențiunea nu se utilizează pentru produsele alimentare destinate copiilor.	2015;13(10):4252	
▼ <u>B</u> Lactuloză	Lactuloza contribuie la accelerarea tranzitului intestinal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 10 g de lactuloză într-o singură porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului unei doze unice de 10 g de lactuloză pe zi.		2010;8(10):1806	807
Acid linoleic	Acidul linoleic contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 1,5 g de acid linoleic (AL) la 100 g și 100 kcal. Consumatorul trebuie informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 10 g de AL.		2009; 7(9):1276 2011;9(6):2235	489, 2899
Culturi vii din iaurt	Culturile vii din iaurt sau lapte fermentat facilitează digestia lactozei din produsele alimentare la persoanele care au dificultăți în ceea ce privește digerarea lactozei	Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă pe acestea, iaurtul sau laptele fermentat trebuie să conțină cel puțin 10 ⁸ unități formatoare de colonii de microorganisme vii (Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus și Streptococcus thermophilus) per gram.		2010;8(10):1763	1143, 2976
Magneziu	Magneziul contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1807	244

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Magneziu	Magneziul contribuie la echilibrul electrolic	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	238
Magneziu	Magneziul contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	240, 247, 248
Magneziu	Magneziul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	242
Magneziu	Magneziul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216 2010;8(10):1807	241, 380, 3083
Magneziu	Magneziul contribuie la sinteza normală a proteinelor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	364
Magneziu	Magneziul contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1807	245, 246

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Magneziu	Magneziul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	239
Magneziu	Magneziul contribuie la menținerea sănătății dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	239
Magneziu	Magneziul contribuie la procesul de diviziune celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1216	365
Mangan	Manganul contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1217 2010;8(10):1808	311, 405
Mangan	Manganul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1217	310
Mangan	Manganul contribuie la formarea normală a țesuturilor conjunctive	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1808	404

▼ **B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Mangan	Manganul contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1217	309

▼ **M10**

Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutății	Substituirea uneia dintre mesele principale zilnice din cadrul unei diete hipocalorice cu un înlocuitor contribuie la menținerea greutății corporale după pierderea în greutate	<p>Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, un produs alimentar trebuie să respecte următoarele cerințe:</p> <p>1. Valoare energetică</p> <p>Valoarea energetică nu trebuie să fie mai mică de 200 kcal (840 kJ) și nu trebuie să depășească 250 kcal (1 046 kJ) pentru fiecare masă (*****).</p> <p>2. Conținutul de lipide și compoziția</p> <p>Energia eliberată de lipide nu trebuie să depășească 30 % din valoarea energetică totală disponibilă a produsului.</p> <p>Acidul linoleic (sub formă de gliceride) nu trebuie să fie mai puțin de 1 g.</p> <p>3. Conținutul de proteine și compoziția</p> <p>Proteinele care intră în compoziția produsului alimentar trebuie să asigure cel puțin 25 % și cel mult 50 % din valoarea energetică totală a produsului.</p> <p>Indicele chimic al proteinelor trebuie să fie egal cu cel stabilit de Organizația Mondială a Sănătății în „Cerințe privind energia și proteinele”. Raport al unei ședințe comune OMS/FAO/UNU. Geneva: Organizația Mondială a Sănătății, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):</p>	Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, ea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la importanța unui consum zilnic adecvat de lichide și la faptul că produsele sunt destinate a fi utilizate numai ca parte a unei diete hipocalorice și că, în cadrul unei astfel de diete, acestea ar trebui completate cu alte alimente.	2010; 8(2):1466 2015; 13(11):4287	1418
--	---	--	--	--------------------------------------	------

▼ **M10**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA																		
		<p>Model de cerințe privind aminoacizii (g/100 g proteine)</p> <table border="1" data-bbox="734 496 1312 995"> <tr> <td>Cistină + metionină</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>Histidină</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Izoleucină</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>Leucină</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Lizină</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Fenilalanină + tirozină</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Treonină</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>Triptofan</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>Valină</td> <td>1,3</td> </tr> </table> <p>„Indicele chimic” reprezintă cel mai mic raport dintre cantitatea din fiecare aminoacid esențial din proteina testată și cantitatea din fiecare aminoacid corespunzător din proteina de referință.</p> <p>Dacă indicele chimic este mai mic de 100 % din proteina de referință, nivelurile minime de proteine se măresc corespunzător. În orice caz, indicele chimic al proteinelor trebuie să fie cel puțin egal cu 80 % din cel al proteinei de referință.</p> <p>În toate cazurile, adăugarea aminoacizilor este permisă doar în scopul îmbunătățirii valorii nutritive a proteinelor și doar în proporțiile necesare atingerii acestui scop.</p>	Cistină + metionină	1,7	Histidină	1,6	Izoleucină	1,3	Leucină	1,9	Lizină	1,6	Fenilalanină + tirozină	1,9	Treonină	0,9	Triptofan	0,5	Valină	1,3			
Cistină + metionină	1,7																						
Histidină	1,6																						
Izoleucină	1,3																						
Leucină	1,9																						
Lizină	1,6																						
Fenilalanină + tirozină	1,9																						
Treonină	0,9																						
Triptofan	0,5																						
Valină	1,3																						

▼ M10

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
		<p>4. Vitamine și minerale</p> <p>Produsul alimentar trebuie să asigure cel puțin 30 % din valorile nutriționale de referință pentru vitamine și minerale pentru fiecare masă prevăzute în anexa XIII la Regulamentul (UE) nr. 1169/2011. Această cerință nu se aplică pentru fluoruri, crom, cloruri și molibden. Cantitatea de sodiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 172,5 mg. Cantitatea de potasiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 500 mg (*****).</p>			
Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutateii	Substituirea cu înlocuitori a două mese principale zilnice din cadrul unei diete hipocalorice contribuie la pierderea în greutate	<p>Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, un produs alimentar trebuie să respecte următoarele cerințe:</p> <p>1. Valoare energetică</p> <p>Valoarea energetică nu trebuie să fie mai mică de 200 kcal (840 kJ) și nu trebuie să depășească 250 kcal (1 046 kJ) pentru fiecare masă (*****).</p> <p>2. Conținutul de lipide și compoziția</p> <p>Energia eliberată de lipide nu trebuie să depășească 30 % din valoarea energetică totală disponibilă a produsului.</p> <p>Acidul linoleic (sub formă de gliceride) nu trebuie să fie mai puțin de 1 g.</p> <p>3. Conținutul de proteine și compoziția</p> <p>Proteinele care intră în compoziția produsului alimentar trebuie să asigure cel puțin 25 % și cel mult 50 % din valoarea energetică totală a produsului.</p> <p>Indicele chimic al proteinelor trebuie să fie egal cu cel stabilit de Organizația Mondială a Sănătății în „Cerințe privind energia și proteinele”. Raport al unei ședințe comune OMS/FAO/UNU. Geneva: Organizația Mondială a Sănătății, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):</p>	<p>Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, ea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la importanța unui consum zilnic adecvat de lichide și la faptul că produsele sunt destinate a fi utilizate numai ca parte a unei diete hipocalorice și că, în cadrul unei astfel de diete, acestea ar trebui completate cu alte alimente.</p> <p>Pentru obținerea efectului menționat, în locul a două mese principale zilnice trebuie să se consume zilnic înlocuitori.</p>	2010; 8(2):1466 2015; 13(11): 4287	1417

▼ **M10**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA																		
		<p><i>Model de cerințe privind aminoacizii (g/100 g proteine)</i></p> <table border="1" data-bbox="741 488 1312 986"> <tr> <td>Cistină + metionină</td> <td>1,7</td> </tr> <tr> <td>Histidină</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Izoleucină</td> <td>1,3</td> </tr> <tr> <td>Leucină</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Lizină</td> <td>1,6</td> </tr> <tr> <td>Fenilalanină + tirozină</td> <td>1,9</td> </tr> <tr> <td>Treonină</td> <td>0,9</td> </tr> <tr> <td>Triptofan</td> <td>0,5</td> </tr> <tr> <td>Valină</td> <td>1,3</td> </tr> </table> <p>„Indicele chimic” reprezintă cel mai mic raport dintre cantitatea din fiecare aminoacid esențial din proteina testată și cantitatea din fiecare aminoacid corespunzător din proteina de referință.</p> <p>Dacă indicele chimic este mai mic de 100 % din proteina de referință, nivelurile minime de proteine se măresc corespunzător. În orice caz, indicele chimic al proteinelor trebuie să fie cel puțin egal cu 80 % din cel al proteinei de referință.</p> <p>În toate cazurile, adăugarea aminoacizilor este permisă doar în scopul îmbunătățirii valorii nutritive a proteinelor și doar în proporțiile necesare atingerii acestui scop.</p>	Cistină + metionină	1,7	Histidină	1,6	Izoleucină	1,3	Leucină	1,9	Lizină	1,6	Fenilalanină + tirozină	1,9	Treonină	0,9	Triptofan	0,5	Valină	1,3			
Cistină + metionină	1,7																						
Histidină	1,6																						
Izoleucină	1,3																						
Leucină	1,9																						
Lizină	1,6																						
Fenilalanină + tirozină	1,9																						
Treonină	0,9																						
Triptofan	0,5																						
Valină	1,3																						

▼ **M10**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/ sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
		<p>4. Vitamine și minerale</p> <p>Produsul alimentar trebuie să asigure cel puțin 30 % din valorile nutriționale de referință pentru vitamine și minerale pentru fiecare masă prevăzute în anexa XIII la Regulamentul (UE) nr. 1169/2011. Această cerință nu se aplică pentru fluoruri, crom, cloruri și molibden. Cantitatea de sodiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 172,5 mg. Cantitatea de potasiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 500 mg (*****).</p>			
Carne sau pește	Carnea sau peștele contribuie la îmbunătățirea absorbției fierului atunci când se consumă împreună cu alte alimente care conțin fier	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 50 g de carne sau pește într-o singură porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 50 g de carne sau pește împreună cu unul sau mai multe alimente care conțin fier non-heminic.		2011;9(4):2040	1223
Melatonină	Melatonina contribuie la atenuarea tulburărilor de somn	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 0,5 mg de melatonină la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului unei doze minime de 0,5 mg administrate înainte de culcare în prima zi de călătorie și în următoarele câteva zile după sosirea la destinație.		2010; 8(2):1467	1953
Melatonină	Melatonina contribuie la reducerea timpului necesar pentru a adormi	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 1 mg de melatonină la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 1 mg de melatonină înainte de culcare.		2011;9(6):2241	1698, 1780, 4080

▼ **B**

▼**B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Molibden	Molibdenul contribuie la metabolismul normal al aminoacizilor care conțin sulf	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de molibden, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1745	313
▼ M15					
▼ B Acizi grași mononesaturați (MUFA) și/sau acizi grași polinesaturați (PUFA)	Înlocuirea grăsimilor saturate cu grăsimi nesaturate din dietă contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge [MUFA și PUFA sunt grăsimi nesaturate]	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în acizi grași nesaturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT RIDICAT DE GRĂSIMI NESATURATE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(4):2069 2011;9(6):2203	621, 1190, 1203, 2906, 2910, 3065 674, 4335
Niacină	Niacina contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	43, 49, 54, 51
Niacină	Niacina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1224	44, 53

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Niacină	Niacina contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1757	55
Niacină	Niacina contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1224	45, 52, 4700
Niacină	Niacina contribuie la menținerea sănătății pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1224 2010;8(10):1757	45, 48, 50, 52, 4700
Niacină	Niacina contribuie la reducerea oboselei și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1757	47
Fibre din boabe de ovăz	Fibrele conținute în boabele de ovăz contribuie la creșterea volumului bolului fecal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(6):2249	822

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Acid oleic	Înlocuirea grăsimilor saturate din alimentație cu grăsimi nesaturate contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge. Acidul oleic este o grăsime nesaturată.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în acizi grași nesaturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT RIDICAT DE GRĂSIMI NESATURATE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(4):2043	673, 728, 729, 1302, 4334
Polifenoli din ulei de măsline	Polifenolii din uleiul de măsline contribuie la protejarea lipidelor din sânge împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru uleiul de măsline care conține cel puțin 5 mg de hidroxitirozol și derivați ai acestuia (de exemplu, compusul oleuropeină și tirozolu) la 20 g de ulei de măsline. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 20 g de ulei de măsline.		2011;9(4):2033	1333, 1638, 1639, 1696, 2865
Acid pantotenic	Acidul pantotenic contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1218	56, 59, 60, 64, 171, 172, 208
Acid pantotenic	Acidul pantotenic contribuie la sinteza normală și la metabolizarea hormonilor steroizi, a vitaminei D și a unor neurotransmițători	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1218	181

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Acid pantotenic	Acidul pantotenic contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1758	63
Acid pantotenic	Acidul pantotenic contribuie la performanța mentală normală	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1218 2010;8(10):1758	57, 58
Pectine	Pectinele contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 6 g de pectine. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 6 g de pectine.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2010;8(10):1747	818, 4236
Pectine	Consumul de pectine în timpul unei mese contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 10 g de pectine la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 10 g de pectine la o masă.	Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid — se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac.	2010;8(10):1747	786

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Fosfor	Fosforul contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	329, 373
Fosfor	Fosforul contribuie la funcționarea normală a membranelor celulare	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	328
Fosfor	Fosforul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	324, 327
Fosfor	Fosforul contribuie la menținerea sănătății dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1219	324, 327
Steroli vegetali și stanoli vegetali	Sterolii/stanolii vegetali contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge	Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de cel puțin 0,8 g de steroli/stanolii vegetali.		2010;8(10):1813 2011;9(6):2203	549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140 568
Potasiu	Potasiul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de potasiu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	386

▼ **B**

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Potasiu	Potasiul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de potasiu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	320
Potasiu	Potasiul contribuie la menținerea tensiunii arteriale normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de potasiu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010; 8(2):1469	321
Proteine	Proteinele contribuie la creșterea masei musculare	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de proteine, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE PROTEINE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Proteine	Proteinele contribuie la menținerea masei musculare	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de proteine, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE PROTEINE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	415, 417, 593, 594, 595, 715 1398
Proteine	Proteinele contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de proteine, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE PROTEINE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1811 2011;9(6):2203	416 4704
▼ M1 Prune uscate (<i>Prunus domestica</i> L.)	Prunele uscate contribuie la funcționarea corespunzătoare a intestinelor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 100 g de prune uscate. Pentru a putea fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 100 g de prune uscate.		2012;10(6):2712	1164

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
▼ <u>M2</u> Amidon lent digerabil	Consumul de produse bogate în amidon lent digerabil (SDS) determină o creștere mai redusă a concentrației de glucoză din sânge după mese decât consumul de produse cu conținut redus de SDS (****).	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru alimentele în cazul cărora carbohidrații digerabili asigură cel puțin 60 % din aportul energetic total, iar cel puțin 55 % din acești carbohidrați reprezintă amidon digerabil, din care cel puțin 40 % reprezintă SDS.	—	2011;9(7):2292	—
▼ <u>B</u> Amidon rezistent	Înlocuirea tipurilor de amidon digerabile cu amidon rezistent la o masă contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare în care amidonul digerabil a fost înlocuit cu amidon rezistent, astfel încât conținutul final de amidon rezistent să reprezinte cel puțin 14 % din conținutul total de amidon.		2011;9(4):2024	681
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	29, 35, 36, 42
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	213
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la menținerea globulelor roșii normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	40
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la menținerea sănătății pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	31, 33
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la menținerea vederii normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	39
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la metabolismul normal al fierului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	30, 37
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	207
Riboflavină (vitamina B2)	Riboflavina contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1814	41

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Fibre din seară	Fibrele din seară contribuie la funcționarea normală a intestinului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(6):2258	825
Seleniu	Seleniul contribuie la spermatogeneza normală	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1220	396
Seleniu	Seleniul contribuie la menținerea sănătății părului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Seleniu	Seleniul contribuie la menținerea sănătății unghiilor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1727	281
Seleniu	Seleniul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	278, 1750
Seleniu	Seleniul contribuie la funcționarea normală a glandei tiroide	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1727 2009; 7(9):1220	279, 282, 286, 410, 1289, 1290, 1291, 1292, 1293

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Seleniu	Seleniul contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1220 2010;8(10):1727	277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751, 410, 1292
Înlocuitori ai zahărului, precum îndulcitorii concentrați; xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, sucraloză și polidextroză; D-tagatoză și izomaltuloză	Consumul de alimente/băuturi care conțin <denumirea înlocuitorului de zahăr> în loc de zahăr (*) determină diminuarea a creșterii nivelului de glucoză în sânge după consum, comparativ cu alimentele/băuturile care conțin zahăr	Pentru a putea fi înscrisă mențiunea, zaharurile din produsele alimentare și băuturi ar trebui să fie înlocuite cu înlocuitori ai zahărului, de exemplu cu îndulcitori concentrați, xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, sucraloză sau polidextroză sau cu o combinație a acestora, astfel încât alimentele sau băuturile să conțină cantități de zaharuri reduse cel puțin cu cantitatea specificată prin mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. D-tagatoza și izomaltuloza ar trebui să substituie cantități echivalente de alte zaharuri în aceeași proporție ca cea prevăzută în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920 4298
Înlocuitori ai zahărului, precum îndulcitorii concentrați; xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, sucraloză și polidextroză; D-tagatoză și izomaltuloză	Consumul de alimente/băuturi care conțin <denumirea înlocuitorului de zahăr> în loc de zahăr (**) contribuie la menținerea mineralizării dinților	Pentru a putea fi înscrisă mențiunea, zaharurile din produsele alimentare și băuturi ar trebui să fie înlocuite (ceea ce reduce pH-ul plăcii la un nivel sub 5,7) cu înlocuitori ai zahărului, de exemplu cu îndulcitori concentrați, xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, D-tagatoză, izomaltuloză, sucraloză sau polidextroză sau cu o combinație a acestora, în cantități care, la consumarea unor astfel de alimente sau băuturi, să nu determine o scădere sub 5,7 a pH-ului plăcii în timpul consumului și pe o durată de până la 30 de minute după consum		2011;9(4):2076 2011;9(6):2229	463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300 1134, 1167, 1283

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Gumă de mestecat fără zahăr	Guma de mestecat fără zahăr contribuie la menținerea mineralizării dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține mestecând, timp de cel puțin 20 de minute, după consumul de mâncare sau băutură.		2009; 7(9):1271 2011;9(4):2072 2011;9(6):2266	1151, 1154 486, 562, 1181
Gumă de mestecat fără zahăr	Guma de mestecat fără zahăr contribuie la neutralizarea acizilor din placa dentară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține mestecând, timp de cel puțin 20 de minute, după consumul de mâncare sau băutură.		2009; 7(9):1271 2011;6(6):2266	1150 485
Gumă de mestecat fără zahăr	Guma de mestecat fără zahăr contribuie la reducerea uscăciunii gurii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unei utilizări a gumei de mestecat de fiecare dată când apare senzația de uscăciune a gurii.		2009; 7(9):1271	1240
Gumă de mestecat fără zahăr cu carbamidă	Guma de mestecat fără zahăr cu carbamidă neutralizează acizii din placa dentară cu o mai mare eficiență decât gumele de mestecat fără zahăr care nu conțin carbamidă	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Fiecare bucată de gumă de mestecat fără zahăr trebuie să conțină cel puțin 20 mg de carbamidă. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că guma ar trebui mestecată timp de cel puțin 20 de minute după consumul de mâncare sau băuturi.		2011;9(4):2071	1153

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Tiamină	Tiamina contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	21, 24, 28
Tiamină	Tiamina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	22, 27
Tiamină	Tiamina contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1755	205
Tiamină	Tiamina contribuie la funcționarea normală a inimii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1222	20
Vitamina A	Vitamina A contribuie la metabolismul normal al fierului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1221	206
Vitamina A	Vitamina A contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 4702

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina A	Vitamina A contribuie la menținerea sănătății pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	15, 17, 4660, 4702
Vitamina A	Vitamina A contribuie la menținerea vederii normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1221 2010;8(10):1754	16, 4239, 4701
Vitamina A	Vitamina A contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1222 2011;9(4):2021	14, 200, 1462
Vitamina A	Vitamina A contribuie la procesul de diferențiere celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1221	14
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	99, 190
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la metabolismul normal al homocisteinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):4114	96, 103, 106
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):4114	95, 97, 98, 100, 102, 109
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la formarea normală a globulelor roșii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	92, 101
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1223	107
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la reducerea oboselei și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):4114	108
Vitamina B12	Vitamina B12 contribuie la procesul de diviziune celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1223 2010;8(10):1756	93, 212

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la sinteza normală a cisteinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1759	4283
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1759	75, 214
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	66
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la metabolismul normal al homocisteinei	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1759	73, 76, 199
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la metabolismul normal al proteinelor și al glicogenilor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	65, 70, 71
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1759	77

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la formarea normală a globulelor roșii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	67, 72, 186
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	68
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1759	78
Vitamina B6	Vitamina B6 contribuie la reglarea activității hormonale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1225	69
Vitamina C	Vitamina C contribuie la menținerea funcționării normale a sistemului imunitar în timpul exercițiilor fizice intense și după acestea	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 200 mg de vitamina C. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 200 mg, în plus față de aportul zilnic recomandat de vitamina C.		2009; 7(9):1226	144

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina C	Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a vaselor de sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	130, 131, 149
Vitamina C	Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamina C	Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a ligamentelor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149
Vitamina C	Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a gingiilor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 136, 149
Vitamina C	Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 137, 149
Vitamina C	Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	131, 149

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina C	Vitamina C contribuie la metabolismul energetic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	135, 2334, 3196
Vitamina C	Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	133
Vitamina C	Vitamina C contribuie la menținerea sănătății psihice	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1815	140
Vitamina C	Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	134, 4321
Vitamina C	Vitamina C contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226 2010;8(10):1815	129, 138, 143, 148, 3331

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina C	Vitamina C contribuie la reducerea oboselii și extenuării	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1815	139, 2622
Vitamina C	Vitamina C contribuie la regenerarea formei reduce a vitaminei E	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1815	202
Vitamina C	Vitamina C crește absorbția fierului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1226	132, 147
Vitamina D	Vitamina D contribuie la absorbția/utilizarea normală a calciului și fosforului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	152, 157, 215
Vitamina D	Vitamina D contribuie la menținerea concentrațiilor normale de calciu în sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1227 2011;9(6):2203	152, 157 215
Vitamina D	Vitamina D contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	150, 151, 158, 350

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina D	Vitamina D contribuie la menținerea funcției normale a sistemului muscular	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010; 8(2):1468	155
Vitamina D	Vitamina D contribuie la menținerea sănătății dinților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	151, 158
Vitamina D	Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010; 8(2):1468	154, 159
Vitamina D	Vitamina D participă la procesul de diviziune celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1227	153
Vitamina E	Vitamina E contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina E, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1816	160, 162, 1947
Vitamina K	Vitamina K contribuie la coagularea normală a sângelui	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina K, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7 (9):1228	124, 126

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiune	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Vitamina K	Vitamina K contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina K, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7 (9):1228	123, 127, 128, 2879
Nuci	Nucile contribuie la îmbunătățirea elasticității vaselor de sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 30 g de nuci. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 30 g de nuci.		2011;9(4):2074	1155, 1157
Apă	Apa contribuie la menținerea funcțiilor fizice și cognitive normale	Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că, pentru a se obține efectul menționat, ar trebui să se consume cel puțin 2 litri de apă pe zi, din toate sursele.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru apa care îndeplinește cerințele Directivei 2009/54/CE și/sau 98/83/CE	2011;9(4):2075	1102, 1209, 1294, 1331
Apă	Apa contribuie la menținerea reglării normale a temperaturii corpului	Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că, pentru a se obține efectul menționat, ar trebui să se consume cel puțin 2 litri de apă pe zi, din toate sursele.	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru apa care îndeplinește cerințele Directivei 2009/54/CE și/sau 98/83/CE	2011;9(4):2075	1208
Fibre din tărațele de grâu	Fibrele conținute în tărațele de grâu contribuie la accelerarea tranzitului intestinal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul menționat se obține în condițiile unui consum zilnic de cel puțin 10 g de fibre din tărațe de grâu.		2010;8(10):1817	828, 839, 3067, 4699

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Fibre din tărațele de grâu	Fibrele conținute în tărațele de grâu contribuie la creșterea volumului bolului fecal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1817	3066
Zinc	Zincul contribuie la metabolismul acido-bazic normal	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	360
Zinc	Zincul contribuie la metabolismul normal al carbohidraților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	382
Zinc	Zincul contribuie la funcția cognitivă normală	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	296
Zinc	Zincul contribuie la sinteza normală de ADN	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	292, 293, 1759

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Zinc	Zincul contribuie la menținerea fertilității și reproducerii normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	297, 300
Zinc	Zincul contribuie la metabolismul normal al macronutrienților	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	2890
Zinc	Zincul contribuie la metabolismul normal al acizilor grași	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	302
Zinc	Zincul contribuie la metabolismul normal al vitaminei A	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	361
Zinc	Zincul contribuie la sinteza normală a proteinelor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293, 4293

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Zinc	Zincul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	295, 1756
Zinc	Zincul contribuie la menținerea sănătății părului	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Zinc	Zincul contribuie la menținerea sănătății unghiilor	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	412
Zinc	Zincul contribuie la menținerea sănătății pielii	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	293
Zinc	Zincul contribuie la menținerea concentrațiilor normale de testosteron din sânge	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2010;8(10):1819	301

▼B

Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare	Mențiuni	Condiții de utilizare a mențiunii	Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare	Număr în Jurnalul EFSA	Numărul corespunzător înregistrării din lista consolidată prezentată spre a fi evaluată de către EFSA
Zinc	Zincul contribuie la menținerea vederii normale	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	361
Zinc	Zincul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	291, 1757
Zinc	Zincul contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	294, 1758
Zinc	Zincul contribuie la procesul de diviziune celulară	Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul (CE) nr. 1924/2006.		2009; 7(9):1229	292, 293, 1759

(*) În cazul D-tagatozei și al izomaltulozei, a se citi „alte zaharuri”

(**) În cazul D-tagatozei și al izomaltulozei, a se citi „alte zaharuri”

▼ **B**

- **M2** (***) Autorizare acordată la 24 septembrie 2013, limitată la utilizarea de către GlaxoSmithKline Services Unlimited și filialele sale, GSK House, 980 Great West Road, Brentford, TW89GS, Regatul Unit, pentru o perioadă de cinci ani.
- (****) Autorizare acordată la 24 septembrie 2013, limitată la utilizarea de către grupul Mondelēz Internațional, Three Parkway North Deerfield, IL 60015, Statele Unite ale Americii, pentru o perioadă de cinci ani. ◀
- **M7** (*****) Autorizare acordată la 24 septembrie 2013, limitată la utilizarea de către Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgia, pentru o perioadă de cinci ani.
- (*****) Autorizare acordată la 21 aprilie 2015, limitată la utilizarea de către Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgia, pentru o perioadă de cinci ani. ◀
- **M8** (*****) Autorizație acordată la 1 ianuarie 2016, utilizarea fiind restricționată la BENEIO-Orafti S.A., Rue L. Maréchal 1, B-4360 Oreye, Belgia, pentru o perioadă de cinci ani. ◀
- **M10** (*****) De la 21 iulie 2016 până la 14 septembrie 2019, valoarea energetică a produsului alimentar nu trebuie să fie mai mică de 200 kcal (840 kJ) și nu trebuie să depășească 400 kcal (1 680 kJ).
- (*****) De la 21 iulie 2016 până la 14 septembrie 2019, produsul alimentar trebuie să asigure cel puțin 30 % din cantitatea de vitamine și minerale prevăzută în tabelul de mai jos pentru fiecare masă:

Vitamina A	(μg RE)	700
Vitamina D	(μg)	5
Vitamina E	(mg)	10
Vitamina C	(mg)	45
Tiamină	(mg)	1,1
Riboflavină	(mg)	1,6
Niacină	(mg-NE)	18
Vitamina B ₆	(mg)	1,5
Folat	(μg)	200
Vitamina B ₁₂	(μg)	1,4
Biotină	(μg)	15
Acid pantotenic	(mg)	3
Calciu	(mg)	700
Fosfor	(mg)	550
Fier	(mg)	16
Zinc	(mg)	9,5
Cupru	(mg)	1,1
Iod	(μg)	130
Seleniu	(μg)	55
Sodiu	(mg)	575
Magneziu	(mg)	150
Mangan	(mg)	1

De la 21 iulie 2016 până la 14 septembrie 2019, cantitatea de potasiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 500 mg. ◀

- **M11** (*****) Sarcina maximă pentru o repetiție este greutatea sau forța maximă pe care o poate exercita o persoană la o singură ridicare. ◀