

TCVN

TIÊU CHUẨN QUỐC GIA

TCVN 7088:2008

CAC/GL 2-2003

Xuất bản lần 2

HƯỚNG DẪN GHI NHÃN DINH DƯỠNG

Guidelines on nutrition labelling

HÀ NỘI - 2008

Lời nói đầu

TCVN 7088:2008 thay thế TCVN 7088:2002;

TCVN 7088:2008 hoàn toàn tương đương với CAC/GL 2-2003 (CAC/GL 2 ban hành năm 1985, được soát xét năm 1993 và được sửa đổi bổ sung năm 2003);

TCVN 7088:2008 do Ban kỹ thuật tiêu chuẩn TCVN/TC/F5 Vệ sinh thực phẩm và chiếu xạ biên soạn, Tổng cục Tiêu chuẩn Đo lường Chất lượng đề nghị, Bộ Khoa học và Công nghệ công bố.

Hướng dẫn ghi nhãn dinh dưỡng

Guidelines on nutrition labelling

1 Phạm vi áp dụng

1.1 Tiêu chuẩn này hướng dẫn cách thức ghi nhãn về dinh dưỡng cho thực phẩm.

1.2 Tiêu chuẩn này áp dụng để ghi nhãn dinh dưỡng cho tất cả các loại thực phẩm. Đối với thực phẩm dùng cho mục đích ăn kiêng đặc biệt, có thể có thêm các điều khoản quy định cụ thể, chi tiết hơn.

2 Thuật ngữ và định nghĩa

Trong tiêu chuẩn này áp dụng các thuật ngữ và định nghĩa sau đây:

2.1

Ghi nhãn dinh dưỡng (nutrition labelling)

Sự mô tả nhằm thông tin cho khách hàng các đặc tính dinh dưỡng của thực phẩm.

2.2

Ghi nhãn dinh dưỡng bao gồm hai phần nội dung:

- a) công bố chất dinh dưỡng;
- b) thông tin về dinh dưỡng bổ sung.

2.3

Công bố dinh dưỡng (nutrition declaration)

Thông báo đã được tiêu chuẩn hoá hoặc liệt kê các thành phần dinh dưỡng của thực phẩm.

2.4

Thông báo dinh dưỡng (nutrition claim)

Việc trình bày nhằm thông báo, gợi ý hoặc hàm ý rằng một thực phẩm có các đặc tính dinh dưỡng riêng biệt bao gồm nhưng không hạn chế giá trị năng lượng, hàm lượng protein, chất béo, cacbohydrat cũng như hàm lượng vitamin và khoáng chất. Các nội dung dưới đây không cấu thành thông báo dinh dưỡng:

- a) việc đề cập đến các chất trong bảng liệt kê các thành phần thực phẩm;

- b) giải thích về các chất dinh dưỡng như một phần nội dung bắt buộc của việc ghi nhãn dinh dưỡng;
- c) công bố định tính hoặc định lượng về các chất dinh dưỡng hay các thành phần dinh dưỡng nhất định trên nhãn, nếu có quy định.

2.5

Chất dinh dưỡng (nutrient)

Chất được ăn uống bình thường như là một thành phần của thực phẩm mà:

- a) cung cấp năng lượng; hoặc
- b) cần thiết cho sự tăng trưởng, phát triển và duy trì sự sống; hoặc
- c) thiếu chất đó sẽ gây ra những biến đổi đặc trưng về sinh lý hoặc sinh hoá.

2.6

Đường (sugars)

Tất cả đường đơn hoặc đường đôi có trong thực phẩm.

2.7

Xơ thực phẩm (dietary fibre)

Chất có nguồn gốc từ thực vật hoặc động vật ăn được mà không bị thủy phân bởi các enzym nội sinh trong hệ tiêu hoá của con người khi được xác định bằng phương pháp đã được chấp thuận.

2.8

Axit béo không no có nhiều nối đôi (polyunsaturated fatty acids)

Các axit béo có các liên kết đôi được xen kẽ bởi nhóm metylen.

3 Công bố chất dinh dưỡng

3.1 Áp dụng công bố chất dinh dưỡng

3.1.1 Bắt buộc công bố dinh dưỡng đối với các thực phẩm đã thực hiện việc thông báo dinh dưỡng như đã nêu trong 2.4.

3.1.2 Đối với tất cả các loại thực phẩm khác, việc công bố dinh dưỡng là tự nguyện.

3.2 Liệt kê các chất dinh dưỡng

3.2.1 Các nội dung bắt buộc khi công bố dinh dưỡng như sau:

3.2.1.1 Giá trị năng lượng, và

3.2.1.2 Hàm lượng protein, cacbohydrat tiêu hoá được (nghĩa là cacbohydrat không chứa xơ thực phẩm), chất béo, và

3.2.1.3 Bất kỳ hàm lượng chất dinh dưỡng nào đã có thông báo dinh dưỡng, và

3.2.1.4 Hàm lượng chất dinh dưỡng khác được coi là có liên quan đến việc duy trì tình trạng dinh dưỡng tốt, theo quy định hiện hành hoặc các hướng dẫn ăn kiêng, nếu yêu cầu.

3.2.2 Khi công bố tự nguyện một chất dinh dưỡng cụ thể, ngoài những quy định được liệt kê trong 3.2.1, thì quy định hiện hành có thể yêu cầu công bố bắt buộc của bất cứ hàm lượng chất dinh dưỡng khác được coi là có liên quan đến việc duy trì tình trạng dinh dưỡng tốt.

3.2.3 Khi thông báo một thành phần dinh dưỡng cụ thể hoặc là liên quan đến sức khỏe thì công bố về hàm lượng của bất kỳ chất dinh dưỡng khác có liên quan đến việc duy trì tình trạng dinh dưỡng tốt theo yêu cầu quy định hiện hành hoặc các hướng dẫn ăn kiêng trở thành bắt buộc.

3.2.4 Khi thông báo liên quan đến hàm lượng và/hoặc loại cacbohydrat, thì tổng lượng đường cần phải được liệt kê theo 3.2.1. Lượng tinh bột và/hoặc thành phần cacbohydrat khác cũng có thể được liệt kê. Khi thông báo có liên quan đến hàm lượng chất xơ thì phải công bố hàm lượng chất xơ có thể tiêu hoá.

3.2.5 Nếu trên thực phẩm có thông báo về hàm lượng và/hoặc loại axit béo hoặc lượng cholesterol, thì phải công bố hàm lượng axit béo bão hòa, axit béo chưa no, axit béo không no và các axit béo không no nhiều nối đôi và cholesterol, hàm lượng trans axit béo cũng có thể phải công bố theo quy định, ngoài ra phải theo 3.2.1 và 3.4.7.

3.2.6 Ngoài những công bố bắt buộc theo quy định trong 3.2.1, 3.2.3 và 3.2.4, có thể liệt kê các vitamin và chất khoáng phù hợp với những tiêu chí sau đây:

3.2.6.1 Chỉ cần liệt kê những vitamin và chất khoáng mà liệu sử dụng khuyến cáo đã được thiết lập và/hoặc đó là các chất quan trọng về mặt dinh dưỡng đối với quốc gia thì cần phải công bố.

3.2.6.2 Khi công bố dinh dưỡng được áp dụng, các vitamin và chất khoáng với hàm lượng nhỏ hơn 5 % giá trị dinh dưỡng chuẩn hoặc theo hướng dẫn chính thức của cơ quan có thẩm quyền đối với 100 g hoặc 100 ml hoặc theo suất sử dụng thì không phải công bố trên nhãn.

3.2.7 Nếu sản phẩm là đối tượng ghi nhãn theo yêu cầu của tiêu chuẩn, thì các điều khoản về công bố dinh dưỡng ở trong các tiêu chuẩn đó cần được ưu tiên nhưng không được mâu thuẫn với các điều khoản quy định trong 3.2.1 đến 3.2.6 của tiêu chuẩn này.

3.3 Tính toán các chất dinh dưỡng

3.3.1 Tính giá trị năng lượng

Giá trị năng lượng được liệt kê cần được tính theo các hệ số chuyển đổi dưới đây:

Cacbohydrat	4 kcal/g – 17 KJ
Protein	4 kcal/g – 17 KJ
Chất béo	9 kcal/g – 37 KJ
Cồn (etanol)	7 kcal/g – 29 KJ
Axit hữu cơ	3 kcal/g – 13 KJ

3.3.2 Tính hàm lượng protein

Hàm lượng protein đã liệt kê được tính theo công thức sau đây:

Hàm lượng protein = Hàm lượng nitơ tổng số theo phương pháp Kjeldahl x 6,25 ($Pr = N \times 6,25$)

Tùy từng trường hợp cụ thể, sẽ có các hệ số hiệu chỉnh khác nhau được quy định trong các tiêu chuẩn tương ứng hoặc trong phương pháp phân tích áp dụng cho thực phẩm đó.

3.4 Trình bày hàm lượng chất dinh dưỡng

3.4.1 Hàm lượng chất dinh dưỡng khi công bố phải thể hiện bằng con số. Tuy nhiên, không loại trừ các hình thức trình bày bổ sung khác.

3.4.2 Thông tin về giá trị năng lượng phải được biểu thị theo kJ hoặc kcal trên 100 g hoặc trên 100 ml thực phẩm hay trên mỗi bao gói, nếu bao gói đó chỉ chứa một thành phần. Ngoài ra, cũng có thể tính theo suất sử dụng đã ghi trên nhãn hoặc theo mỗi phần miễn là số phần sử dụng có trong bao gói đó được công bố.

3.4.3 Thông tin về hàm lượng protein, cacbohydrat và chất béo có trong thực phẩm phải được biểu diễn bằng số g có trong 100 g hoặc trên 100 ml thực phẩm hay trên mỗi bao gói, nếu bao gói đó chỉ chứa một thành phần. Ngoài ra, cũng có thể tính theo suất sử dụng đã ghi trên nhãn hoặc theo mỗi phần miễn là số phần sử dụng có trong bao gói đó được công bố.

3.4.4 Thông tin định lượng về hàm lượng vitamin và chất khoáng phải được biểu diễn bằng các đơn vị đo lường và/hoặc biểu diễn theo tỷ lệ phần trăm của giá trị dinh dưỡng quy chuẩn trên 100 g hoặc trên

100 ml thực phẩm hay trên mỗi bao gói nếu bao gói đó chỉ chứa một thành phần. Ngoài ra, cũng có thể tính theo suất sử dụng đã ghi trên nhãn hoặc theo mỗi phần miễn là số phần sử dụng có trong bao gói đó được công bố.

Ngoài ra, thông tin về protein cũng có thể biểu thị theo phần trăm của giá trị dinh dưỡng chuẩn¹.

Khi ghi nhãn, cần tham khảo các giá trị dinh dưỡng chuẩn đã được chuẩn hoá và hài hoà ở cấp quốc tế dưới đây:

Protein	(g)	50
Vitamin A	(μg)	800 ²
Vitamin D	(μg)	5 ³
Vitamin C	(mg)	60
Thiamin	(mg)	1,4
Vitamin B ₂	(mg)	1,6
Niaxin	(mg)	18 ³
Vitamin B ₆	(mg)	2
Axit folic	(μg)	200
Vitamin B ₁₂	(μg)	1
Canxi	(mg)	800
Magiê	(mg)	300
Sắt	(mg)	14
Kẽm	(mg)	15
Iốt	(μg)	150 ³
Đồng	sẽ được quy định	
Selen	sẽ được quy định	

¹ Có tính đến sự phát triển khoa học trong tương lai, các khuyến nghị khác của các chuyên gia và của WHO/FAO trong tương lai và các thông tin liên quan khác, danh mục các chất dinh dưỡng, danh mục các giá trị dinh dưỡng chuẩn cần phải thường xuyên được xem xét.

² Phần được đề nghị bổ sung cho 3.2.7 (tính hàm lượng chất dinh dưỡng) trong tiêu chuẩn này là: "Khi công bố hàm lượng β -caroten (provitamin A) phải sử dụng hệ số chuyển đổi: 1 μg retinol = 6 μg β -caroten".

³ Giá trị dinh dưỡng chuẩn đối với Vitamin D, Niaxin và Iốt có thể không áp dụng đối với các nước nơi mà chính sách dinh dưỡng quốc gia hoặc điều kiện của địa phương cung cấp đầy đủ để đảm bảo thoả mãn những yêu cầu cá nhân. Xem thêm 3.2.4.1 của TCVN 7088:2008 Hướng dẫn ghi nhãn dinh dưỡng.

3.4.5 Nếu ghi nhãn theo suất sử dụng, có thể công bố những thông tin quy định trong 3.4.2, 3.4.3 và 3.4.4 theo từng suất sử dụng chỉ khi chúng được ghi trên nhãn hoặc công bố theo mỗi khẩu phần miễn là số khẩu phần có trong bao gói được công bố.

3.4.6 Hàm lượng cacbohydrat dễ hấp thụ phải được ghi nhãn là "cacbohydrat". Nếu công bố các loại cacbohydrat thì việc công bố phải ngay sau công bố hàm lượng cacbohydrat tổng số theo mẫu sau:

"cacbohydrat... g, trong đó đường g"

Hoặc sau hàm lượng cacbohydrat tổng số có thể ghi: "x" g

Trong đó "x" là tên cụ thể của bất kỳ thành phần cacbohydrat khác.

3.4.7 Khi công bố hàm lượng và/hoặc loại axit béo hoặc lượng cholesterol, thì công bố này phải đưa ra ngay sau công bố tổng chất béo theo 3.4.3.

Có thể sử dụng mẫu ghi nhãn như sau:

Tổng chất béo		... g
trong đó	axit béo no	... g
	axit béo dạng trans	... g
	axit béo chưa no nối đơn	... g
	axit chưa no nhiều nối đôi	... g
Cholesterol		...mg

3.5 Dung sai cho phép và sự phù hợp

3.5.1 Giới hạn sai lệch cần được thiết lập dựa trên mối quan tâm tới sức khỏe của cộng đồng, tuổi thọ, độ chính xác của các phương pháp phân tích, sự thay đổi trong quá trình chế biến, tính không ổn định vốn có và sự biến đổi của chất dinh dưỡng trong sản phẩm và đồng thời cũng phải tùy thuộc vào việc chất dinh dưỡng được bổ sung vào sản phẩm hay có mặt một cách tự nhiên trong sản phẩm.

3.5.2 Các giá trị dùng để công bố chất dinh dưỡng phải là các giá trị khối lượng trung bình của các giá trị đặc trưng thu được từ phép phân tích các mẫu sản phẩm đại diện cho sản phẩm được ghi nhãn.

3.5.3 Trong các trường hợp khi sản phẩm là đối tượng của tiêu chuẩn thì các yêu cầu về độ sai lệch về công bố dinh dưỡng được thiết lập phải ưu tiên theo tiêu chuẩn này.

4 Thông tin bổ sung về dinh dưỡng

4.1 Thông tin bổ sung về dinh dưỡng nhằm tăng cường sự hiểu biết của người tiêu dùng về giá trị dinh dưỡng của thực phẩm và giúp giải thích sự công bố dinh dưỡng. Có nhiều cách để trình bày các thông tin bổ sung về dinh dưỡng để có thể phù hợp với yêu cầu ghi nhãn thực phẩm.

4.2 Việc sử dụng thông tin bổ sung về dinh dưỡng ghi trên nhãn là không bắt buộc và chỉ để bổ sung thêm nhưng không thể thay thế việc công bố chất dinh dưỡng, trừ khi nhóm đối tượng tiêu dùng có tỷ lệ mù chữ cao và/hoặc kém hiểu biết về dinh dưỡng. Với những đối tượng này, có thể sử dụng các biểu tượng của các nhóm thực phẩm hoặc sự trình bày bằng màu sắc hay hình ảnh để thể hiện những thông tin bổ sung về dinh dưỡng mà không cần công bố dinh dưỡng.

4.3 Thông tin bổ sung về dinh dưỡng ghi trên nhãn phải đi kèm với những chương trình phổ biến kiến thức để tăng cường sự hiểu biết cho người tiêu dùng và để người tiêu dùng có được những thông tin đó.

5 Định kỳ xem xét việc ghi nhãn dinh dưỡng

5.1 Phải định kỳ xem xét việc ghi nhãn dinh dưỡng để duy trì danh mục các chất dinh dưỡng, nhằm chuyển tải được những thông tin về thành phần thực phẩm, cập nhật và phù hợp với tình trạng thực tế của sức khỏe cộng đồng về mặt dinh dưỡng.

5.2 Cần xem xét những thông tin không bắt buộc được sử dụng trong phổ biến dinh dưỡng, bao gồm các nhóm thực phẩm, nhằm tăng cường những kiến thức dinh dưỡng cho nhóm đối tượng mục tiêu.

5.3 Cần xem xét lại định nghĩa của đường trong 2.6, định nghĩa của xơ thực phẩm trong 2.7 và công bố về năng lượng trong 3.4.2 cho phù hợp với sự phát triển.
