

WYKAZ SKŁADNIKÓW PRAWDE CI POWIE

Każdy z nas jest konsumentem i w codziennym życiu dokonuje różnych wyborów zakupowych. Najczęściej dotyczą one produktów spożywczych, które nie tylko stanowią podstawę naszej codziennej diety, lecz także element diety naszych bliskich, a czasem także i naszych znajomych. Niezwykle ważnym kryterium wyborów zakupowych w przypadku żywności są więc dla konsumentów, w tym zwłaszcza dla tych świadomych i dbających o zdrowie, szczegółowe informacje o składzie produktów, które są udostępniane m.in. na ich etykietach. Warto wiedzieć co konkretnie, w świetle prawa, powinno się tam znaleźć.

Rozważając kwestię udostępniania obowiązkowych informacji na temat żywności, w celu umożliwienia konsumentom dokonywania świadomych wyborów zakupowych, prawodawca uwzględnił przede wszystkim powszechne zapotrzebowanie konsumentów na określone dane, które są przez nich uznawane za szczególnie istotne, z uwagi na potencjalne korzyści ekonomiczne i zdrowotne, jakie niesie fakt ich obecności w oznakowaniu.

Prawo żywnościowe gwarantuje więc, że w oznakowaniu środków spożywczych znajdują się w szczególności informacje zaliczane do jednej z następujących kategorii:

- informacje o tożsamości i składzie, właściwościach lub innych cechach danego środka spożywczego;
- informacje o ochronie zdrowia konsumentów i bezpiecznym stosowaniu danego środka spożywczego, w tym informacje na temat cech składu, które mogą być szkodliwe dla zdrowia niektórych grup konsumentów.

Ponadto, umieszczone na etykiecie informacje powinny być rzetelne, jasne i łatwe do zrozumienia, aby umożliwić konsumentom poznanie produktu i dokonanie świadomego wyboru.

Czego szukają Polacy na etykiecie

Jako konsumenci coraz częściej interesujemy się informacjami zamieszczanymi w oznakowaniu produktów. Niemal 40 proc. respondentów w ogólnopolskich badaniach ankietowych z 2022 r. zadeklarowało, że czyta etykiety produktów spożywczych przed dokonaniem zakupu, blisko 32 proc. wskazało,

że czyta na etykietach tylko wybrane informacje, a jedynie 2,4% przyznało, że nie czyta informacji znajdujących się w oznakowaniu produktów (Źródło: Michalina Rakuła, Agata Kiciak, Wiedza konsumentów na temat znakowania żywności. Journal of Education, Health and Sport. 2022;12(8):270-282). Te same badania wykazały, że po dacie ważności produktu, wykaz składników stanowi drugi najważniejszy element oznakowania dla polskich konsumentów – to właśnie z nimi najczęściej się zapoznają (okazało się, że na datę ważności zwraca uwagę 92 proc. ankietowanych, a na skład produktu blisko 82%).

Zasady informowania o składzie środka spożywczego

Niezależnie od tego, czy produkt jest w opakowaniu jednostkowym czy też jest nieopakowany, jak również od tego gdzie jest wprowadzany do obrotu, czy to w supermarkecie, na targowisku, w gastronomii, czy za pomocą platformy internetowej, to muszą mu towarzyszyć wymagane przepisami prawa informacje. Wśród informacji obowiązkowych podawanych na etykietach produktów spożywczych znajduje się **wykaz składników**, który dostarcza konsumentowi informacji o surowcach jakie zostały wykorzystane podczas produkcji. Wskazuje on m.in., czy w danym wyrobie znajdują się składniki mogące powodować alergie lub reakcje nietolerancji. Dzięki informacji zawartej w wykazie składników konsument może zauważyć także istotne różnice jakościowe między produktami posiadającymi tę samą lub podobną nazwę. W przypadku żywności opakowanej, zgodnie z art. 9 ust. 1 lit. b unijnego rozporządzenia nr 1169/2011,



wykaz składników jest informacją obowiązkową, która powinna znaleźć się bezpośrednio na opakowaniu lub na załączony do niego etykiecie, z użyciem znaków o rozmiarze czcionki, której wysokość wynosi co najmniej 1,2 mm lub co najmniej 0,9 mm, gdy największa powierzchnia opakowania ma pole mniejsze niż 80 cm². Minimalny rozmiar czcionki ma zapewnić konsumentowi czytelność informacji dotyczących środka spożywczego.

W przypadku produktów sprzedawanych bez opakowań lub pakowanych na życzenie w miejscu sprzedaży również obowiązkowe jest podanie m.in. wykazu składników. Do żywności bez opakowań mają zastosowanie przepisy krajowe, tj. § 19 rozporządzenia Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 23 grudnia 2014 r. w sprawie znakowania poszczególnych rodzajów środków spożywczych. Stosownie do wymagań określonych w § 19 ust. 2 ww. rozporządzenia wymagane informacje podaje się w miejscu sprzedaży na wywieszce dotyczącej danego środka spożywczego lub w inny sposób, w miejscu dostępnym bezpośrednio konsumentowi finalnemu.

Rozporządzenie w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (art. 14) ustanawia również szczególne zasady informowania o składzie żywności oferowanej do sprzedaży za pośrednictwem środków porozumiewania się na odległość (np. przez Internet). W przypadku środków spożywczych oferowanych do sprzedaży na odległość wykaz ich składników musi być dostępny przed ostatecznym dokonaniem zakupu oraz w momencie dostawy i musi znajdować się w materiałach towarzyszących sprzedaży na odległość lub być dostarczane z użyciem innych, właściwych środków wyraźnie określonych przez dany podmiot działający na rynku spożywczym, bez obciążania konsumenta finalnego

dotatkowymi kosztami. Robiąc zakupy w sklepie internetowym konsument powinien otrzymać pełną informację o produkcie, taką samą jak w sklepie tradycyjnym.

Co powinien obejmować wykaz składników przekazywany konsumentom

Celem wyróżnienia wykazu składników spośród innych informacji umieszczonych w oznakowaniu produktu jest on poprzedzony nagłówkiem, który zawiera wyraz „składniki”. Zgodnie z art. 18 rozporządzenia 1169/2011, wykaz składników obejmuje wszystkie składniki w malejącej kolejności według ich masy w momencie użycia ich do produkcji. Składniki, z których każdy stanowi mniej niż 2% gotowego środka spożywczego mogą być wymienione w dowolnej kolejności po pozostałych składnikach. Wbrew pozorom, kolejność umieszczenia składników wykorzystanych do produkcji ma istotne znaczenie dla konsumenta. Precyzyjne określenie ilościowej zawartości składników obowiązkowe jest tylko dla wybranych składników, stąd też konsument zwykle może szacować ilość poszczególnych składników w produkcie jedynie na podstawie kolejności w jakiej zostały umieszczone w wykazie składników. Te których jest najwięcej znajdziemy na początku wykazu składników, a te których jest najmniej na jego końcu.

Oznaczanie ilościowe składników

Producent ma obowiązek oznaczania ilości składnika lub kategorii składników użytych do produkcji środka spożywczego wprowadzanego do obrotu w opakowaniu w każdym przypadku, gdy występują one w nazwie środka spożywczego lub są powszechnie kojarzone z tą nazwą przez konsumenta, są podkreślone w etykietowaniu słownie, obrazowo lub gra-

ficznie lub też są istotne w celu scharakteryzowania danego środka spożywczego i odróżnienia go od produktów, z którymi mógłby być mylony, ze względu na jego nazwę lub wygląd. W przypadku żywności wprowadzanej do obrotu bez opakowania, pakowanej na życzenie konsumenta jest to informacja dobrowolna, która może być podana, ale nie musi.

Ilość charakterystycznych składników w produkcie niewątpliwie stanowi jeden z elementów służących do porównania produktów podobnych. Konsumenti porównują m.in. ilość mięsa w przetworach mięsnych, ilość owoców w jogurtach, orzechów w czekoladzie, soków owocowych w napojach itp. Podana na etykiecie procentowa zawartość określonych składników w produkcie wpływa więc na wybór konkretnego produktu. Konsumenti dużo chętniej sięgają po produkty o znacznej zawartości składników charakterystycznych w porównaniu do takich, w których jest ich niewiele, a o walorach smakowo zapachowych produktu decydują głównie barwniki i aromaty.

Oznaczenie ilościowe składników użytych do wytworzenia produktu może znajdować się w wykazie składników w powiązaniu z danym składnikiem lub kategorią składników, ale informacja ta może również zostać podana w nazwie środka spożywczego albo bezpośrednio przy niej. Określenie ilości składnika lub kategorii składników powinno zostać wyrażone wartością procentową, która musi odpowiadać ilości składnika w chwili jego użycia. W przypadku artykułów żywnościowych, które tracą wilgotność, informację o ilościowej zawartości składnika w produkcie podaje się w odniesieniu do produktu gotowego, chyba że ilość ta lub całkowita ilość wszystkich składników określonych w etykietowaniu przekracza 100%. W takim przypadku ilość jest określona na podstawie masy składnika lub składników wykorzystanych do przygotowania 100 g produktu gotowego.

Nazwy składników w wykazie

Zgodnie z definicją zawartą w rozporządzeniu 1169/2011 „składnik” oznacza każdą substancję lub produkt, w tym środki aromatyzujące, dodatki do żywności, enzymy spożywcze oraz każdy komponent składnika złożonego, użyte przy wytworzeniu lub przygotowywaniu danego środka spożywczego i nadal obecne w produkcie gotowym, nawet jeżeli ich forma uległa zmianie (pozostałości nie uważa się za składniki). Składniki w wykazie składników oznaczają się ich szczegółowymi nazwami, o ile mają one zastosowanie, zgodnie z zasadami określonymi dla

nazewnictwa środków spożywczych znajdujących się w art. 17 rozporządzenia 1169/2011.

W wykazie tym należy również podać składniki wchodzące w skład składnika złożonego, który sam w sobie jest produktem zawierającym więcej niż jeden składnik. Składnik złożony może być wymieniony w wykazie pod swoją nazwą, gdy jest to nazwa zdefiniowana w przepisach prawa (np. margaryna, marmolada, czekolada) lub jest zwyczajowo rozumiana przez konsumentów, pod warunkiem, że zaraz po tej nazwie będzie wymieniony skład tego składnika złożonego. Innym rozwiązaniem jest niepodawanie nazwy składnika złożonego, a podanie jego składników, które zostają wkomponowane pomiędzy inne składniki gotowego produktu, z zachowaniem kolejności malejącej.

Nie ma obowiązku podawania nazw składników wchodzących w skład składnika złożonego, gdy jego skład jest zdefiniowany w unijnych przepisach i stanowi mniej niż 2% produktu gotowego, lub gdy jest mieszaną przypraw lub ziół stanowiącą mniej niż 2% produktu gotowego. Nie dotyczy to jednak dodatków do żywności. Reasumując, np. jeśli zawartość czekolady mlecznej w ciastkach stanowi mniej niż 2%, nie musi być wymieniany jej skład. Jeżeli jednak mamy ciastka w czekoladzie i czekolada ta stanowi 30% całego produktu – to niewystarczające jest podanie samej nazwy składnika jakim jest czekolada, lecz należy podać wykaz składników czekolady (w wykazie wszystkich składników).

Wytwórcy żywności, chcąc zatem korzystać z możliwości pomijania składu składników złożonych, których nazwy są regulowane przepisami unijnymi i które występują w produkcie gotowym w ilości nieprzekraczającej 2%, a tym samym chcąc skrócić zamieszczane wykazy składników muszą zachować szczególną ostrożność i umieszczać w oznakowaniu swoich produktów dokładne brzmienia nazw użytych w przepisach. Nie ma obowiązku podawania wykazu składników składnika złożonego także wtedy, gdy składnik złożony jest środkiem spożywczym, w przypadku którego nie wymaga się wykazu składników.

Niektóre składniki wchodzące w skład innych produktów mogą być oznaczane nazwą kategorii, co również umożliwia skrócenie wykazu. Składniki, które należą do jednej z kategorii żywności wymienionej w załączniku VII część B do rozporządzenia nr 1169/2011 i są komponentami innej żywności, mogą być oznaczone nazwą tej kategorii zamiast nazwy szczegółowej. Np. jeśli ilość przypraw nie prze-

kracza wagowo 2% środka spożywczego, zamiast wymieniać poszczególne przyprawy po kolei, można użyć ogólnego określenia „przyprawy” lub „mieszanka przypraw”, w przypadku mieszanek mąki można użyć oznaczenia „mąka” wraz z wykazem zbóż, z których została uzyskana, a różne rodzaje sacharozę mogą być oznaczone jako „cukier”.

Alergeny w wykazie składników

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom konsumentów, szczególnie osób cierpiących na różnego rodzaju nietolerancje pokarmowe lub alergie, przepisy prawa żywnościowego nakładają na producenta obowiązek wyróżnienia na tle reszty składników w wykazie, za pomocą czcionki, stylu lub koloru tła, nazw składników mogących powodować alergie lub reakcje nietolerancji. Taki sposób prezentacji nazw składników w wykazie pozwala konsumentowi w szybki sposób dokonać selekcji produktów bez konieczności studiowania całego wykazu składników. Obecnie 14 kategorii takich substancji/produktów uznano za alergenów wymagające specjalnego wyszczególnienia w oznakowaniu gotowych produktów. Ich szczegółowy wykaz stanowi załącznik II do rozporządzenia nr 1169/2011. Wymieniając składniki alergenne obecne w produkcie gotowym (bez względu na to, czy pełnią one funkcję w wyrobie gotowym czy też nie) należy wyróżnić nazwę substancji lub produktu, która odpowiada nazwie wymienionej w przywołanym załączniku. Jeśli nazwa składnika zawiera zarówno nazwę alergenu, jak i inne określenia, podkreślić należy wyłącznie alergen, np. **mleko** w proszku. Jeżeli wszystkie składniki środka spożywczego są substancjami lub produktami powodującymi alergie lub reakcje nietolerancji, muszą zostać wskazane w wykazie składników i wyróżnione na tle innych obowiązkowych informacji, które wprowadza wykaz składników. W przypadku braku wykazu składników obowiązkowe jest wskazanie obecności substancji lub produktów powodujących alergie lub reakcje nietolerancji w danym środku spożywczym poprzez dodanie słowa „zawiera”, po którym pojawi się nazwa substancji lub produktu, które powodują alergie lub reakcje nietolerancji.

Dodatki do żywności

W wykazie składników znajdują się również informacje o substancjach celowo dodanych do produktu, czyli dodatkach do żywności, aromatach i substancjach wzbogacających. Unijne rozporządzenie

1333/2008 w sprawie dodatków do żywności ustanawia wykazy dozwolonych dodatków oraz warunki ich stosowania. Większość dodatków do żywności można stosować wyłącznie w ograniczonych ilościach (maksymalny dozwolony poziom) w określonych środkach spożywczych. Podczas opracowania składu produktu należy zweryfikować, czy dany dodatek może być stosowany w danej kategorii żywności i w jakiej ilości.

Substancje dodatkowe są stosowane w żywności w określonym celu technologicznym. W wyniku ich zastosowania ulegają zmianie niektóre cechy produktu, przez co produkt staje się bardziej atrakcyjny dla konsumenta. Niektóre są również konieczne, jak np. azotyny w przetworach mięsnych (stosuje się je w celu zabezpieczenia przed psuciem i rozwojem bakterii *Clostridium botulinum*, które odpowiedzialne są za wytwarzanie jadu kiełbasianego).

Stosowanie dodatków do żywności musi być bezpieczne, musi być też niezbędne ze względu technologicznego, nie może wprowadzać konsumentów w błąd i musi przynosić im korzyść.

Substancje dodatkowe stosowane jako dodatki do żywności muszą być wymienione w wykazie składników środka spożywczego ze wskazaniem nazwy lub numeru E dodatku oraz funkcji technologicznej (określonej w przepisach), jaką pełni dany dodatek w produkcie. Jeśli dodatek do żywności pełni jednocześnie kilka funkcji technologicznych w produkcie (np. jednocześnie stabilizuje i zagęszcza produkt), to na etykiecie wskazuje się jego zasadniczą funkcję technologiczną.

Wyjątki od reguły: kiedy można pominąć wykaz składników lub niektóre składniki

Przepisy rozporządzenia nr 1169/2011 określają środki spożywcze, w przypadku których nie jest konieczna deklaracja wykazu składników. Są to:

- świeże owoce i warzywa, w tym ziemniaki, które nie są obrane, pokrojone ani podobnie przygotowane,
- woda gazowana, której opis wskazuje, że została nasycona dwutlenkiem węgla,
- ocet uzyskany wyłącznie z jednego podstawowego produktu metodą fermentacyjną, pod warunkiem, że nie zostały dodane żadne inne składniki,
- ser, masło, fermentowane mleko i śmietana/śmietanka, do których nie zostały dodane składniki inne niż przetwory mleczne, enzymy spożywcze i kultury drobnoustrojów niezbędne do produkcji lub sól potrzebna do produkcji sera innego niż ser twarogowy i topiony,



- środki spożywcze zawierające jeden składnik, gdy nazwa środka spożywczego jest identyczna z nazwą składnika oraz jeśli nazwa produktu wyraźnie umożliwia zidentyfikowanie charakteru tego jednego składnika.

W wykazie składników nie muszą być uwzględniane komponenty składnika, które zostały tymczasowo oddzielone podczas procesu produkcyjnego i później ponownie dodane w ilości nieprzekraczającej ich pierwotnej zawartości. Możliwe jest również pominięcie w wykazie składników dodatków do żywności i enzymów spożywczych, których obecność w danym środku spożywczym wynika wyłącznie z faktu, że były zawarte w jednym lub większej liczbie składników takiego środka spożywczego zgodnie z zasadą przenoszenia, pod warunkiem, że nie pełnią one żadnej funkcji technologicznej w produkcie gotowym.

W wykazie składników nie trzeba uwzględniać stosowanych w ilościach ściśle niezbędnych, nośników i substancji, które nie są dodatkami do środków spożywczych, lecz są stosowane w taki sam sposób i w tym samym celu co nośniki, jak również substancji nie będących dozwoloną substancją dodatkową, a która została zastosowana jako substancja pomocnicza w przetwórstwie.

Dopuszcza się również pominięcie wody w wykazie składników, jeżeli jest stosowana podczas procesu produkcyjnego wyłącznie do odtworzenia składnika użytego w postaci skoncentrowanej lub odwodnionej oraz w przypadku roztworu wodnego, który nie

jest zwykle spożywany (np. przy produktach w zalewie). Woda nie musi być również uwzględniana jako składnik żywności, jeżeli nie przekracza wagowo 5% produktu gotowego. Odstępstwo to nie ma zastosowania do mięsa, surowych wyrobów mięsnych, nieprzetworzonych produktów rybołówstwa i nieprzetworzonych małąży. Dodana woda w tych produktach zawsze musi być uwzględniona w wykazie składników i to niezależnie od jej ilości.

Podsumowanie

Wykaz składników jest obowiązkową informacją na temat żywności i jest dla konsumentów jednym z najistotniejszych elementów oznakowania. Przede wszystkim jest źródłem wiedzy na temat wykorzystanych do produkcji składników. Prawidłowo podany wykaz składników żywności ułatwia dokonanie właściwego wyboru oraz zakup produktu zgodnego z oczekiwaniami, ułatwia też porównywanie produktów substytucyjnych.

Etykietowanie środków spożywczych wymaga uwagi i skrupulatności oraz dobrej znajomości aktualnych przepisów i wytycznych. Prawidłowe znakowanie żywności stanowi przede wszystkim ochronę interesów konsumenta. Obowiązkiem podmiotów wprowadzających do obrotu środki spożywcze zarówno na etapie produkcji, jak i dystrybucji jest podanie informacji o rzeczywistym składzie produktu. W świetle przytoczonych przepisów producent wprowadzając dany środek spożywczy do obrotu powinien w wykazie składników umieścić nazwy wszystkich składników, również tych wchodzących w skład składników złożonych, a w szczególności składników mogących powodować alergie lub reakcje nietolerancji oraz dozwolonych substancji dodatkowych, w taki sposób aby był on prawdziwy i informował potencjalnego konsumenta o wszystkich składnikach użytych do produkcji danego środka spożywczego i nadal w nim obecnych nawet w zmienionej formie.

Podawanie w oznakowaniu prawdziwych i rzetelnych informacji o użytych w procesie produkcyjnym składnikach pozwala konsumentowi podjąć świadomą i bezpieczną decyzję, co do wyboru zakupionego produktu spośród szerokiego asortymentu produktów znajdujących się na rynku.

Źródła:

1. Michalina Rakuła, Agata Kiciak (2022) Wiedza konsumentów na temat znakowania żywności. *Journal of Education, Health and Sport*. 12(8):270-282.

Źródło: biuletyn „Wiedza i Jakość” nr 1 (74)/2024 str. 36-40