



RUOKAVIRASTO
Livsmedelsverket • Finnish Food Authority

**HALLITUKSEN
KÄRKIHANKE**

Elintarvikkeista annettavat tiedot



**Opas
pk-yrityksille**



HALLITUKSEN
KÄRKIHANKE

Elintarvikkeista annettavat tiedot – Opas pk-yrityksille

7062/04.02.00.01/2019

Laatija: Ruokavirasto, elintarvikealan pk-yritysten neuvontahanke

Taitto: Käyttäjäpalvelujen yksikkö

Kannen kuvat: Shutterstock

Helsinki 2019



RUOKAVIRASTO

Livsmedelsverket • Finnish Food Authority



Sisällys

Oppaan esittely	5
Osa 1, Vastuut ja lainsäädäntö	7
Vastuut.....	7
Lainsäädäntö.....	7
Osa 2, Pakolliset tiedot	9
Merkintöjen oikeellisuus	9
Merkintöjen luettavuus, selvyys ja havaittavuus	9
Pakattu vai pakkaamaton elintarvike	9
Merkintöjen kieli.....	10
Merkintöjen paikka.....	10
Pakattujen elintarvikkeiden pakolliset merkinnät.....	10
Pakkaamattomien elintarvikkeiden pakolliset tiedot.....	11
Osa 3, Elintarvikkeen nimi.....	12
Vaatimukset elintarvikkeen nimelle.....	12
Osa 4, Ainesosaluettelo	14
Ainesosien järjestys luettelossa	14
Ilmoitettavat ainesosat	15
Allergioita ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet.....	15
Elintarvikeparanteet	16
Vitamiinit ja kivennäisaineet	18
Koostetut ainesosat	18
Tiettyjen ainesosien tai ainesosien ryhmien määrät	19
Osa 5, Päiväysmerkinnät.....	21
Vähimmäissäilyvyysaika eli ”parasta ennen” merkintä.....	21
Viimeinen käyttöajankohta tai viimeinen käyttöpäivä	22
Muuta huomioitavaa	22

Osa 6, Alkuperämaa.....	24
Mikä on alkuperämaa?	24
Milloin alkuperämaa ilmoitetaan?.....	24
Miten alkuperämaa ilmoitetaan?	25
Osa 7, Säilytys- ja käyttöohje	26
Säilytysohje	26
Käyttöohje.....	27
Osa 8, Ravintoarvoilmoitus	28
Ravintoarvoilmoitus pakatuissa elintarvikkeissa	28
Energiasisältö.....	28
Suola	29
Vitamiinit ja kivennäisaineet.....	29
Mistä ravintoarvotiedot saa?	30
Poikkeuksia ja erityissäännöksiä	31
Pakkaamattomien elintarvikkeiden ravintoarvotiedot	31
Voimakassuolainen merkintä.....	31
Osa 9, Muut pakolliset tiedot.....	33
Vastuussa olevan elintarvikealan toimijan nimi ja osoite	33
Sisällön määrä.....	34
Elintarvike-erän tunnus.....	34
Tunnistusmerkintä	35
Alkoholipitoisuus	35
Tuotekohtaiset vaatimukset tietyille elintarvikeryhmille	36
Pakastettujen ja jäädytettyjen elintarvikkeiden erityismerkinnät	36
Muuntogeenisten elintarvikkeiden merkinnät	36
Ionisoivalla säteilyllä käsittelystä ilmoittaminen.....	37
Osa 10, Esimerkkejä.....	38
Esimerkki 1: Pakkausmerkinnät pähkinä-vehnäleivällä	38
Esimerkki 2: Pakkausmerkinnät mansikkahillolla.....	39
Esimerkki 3: Pakkausmerkinnät rasvattomalle piimälle	40
Esimerkki 4: Pakkaamattoman ruisleivän tiedot vähittäismyynnissä.....	41
Esimerkki 5: Lounaslistan tiedot tarjoilupaikassa	42
Esimerkki 6: Reseptilaskenta pähkinä-vehnäleivälle.....	43
Esimerkki 7: Reseptilaskenta mansikkahillolle	51
Osa 11, Kertaustehtävät.....	55



Oppaan esittely

Oletko suunnittelemassa elintarvikkeiden valmistusta ja kaipaat apua pakkausmerkintöjen laadintaan? Tästä oppaasta saat tärkeää tietoa siitä, mitä tietoja pakkaamattomista ja pakatuista elintarvikkeista tulee antaa myynnin yhteydessä kuluttajalle ja suurtaloudelle. Opit myös, miten merkinnät laaditaan oikein.

On tärkeää, että olet etukäteen perillä siitä, millaiset merkinnät tuotteellesi vaaditaan. Merkintöjen korjaaminen jälkikäteen voi tarkoittaa suuriakin kustannuksia. Puutteelliset tai virheelliset merkinnät voivat aiheuttaa myös kuluttajalle haittaa. Kun merkinnät on tehty oikein, kuluttajat voivat luottaa niissä annettuihin tietoihin.

Tämä opas on tehty tukemaan Ruokaviraston sivuilla julkaistua *Elintarvikkeista annettavat tiedot (Pakkausmerkinnät) -verkkokurssia*. Verkkokurssi ja opas noudattelevat pitkälti samaa rakennetta. Opasta voi käyttää myös itsenäisenä teoksena.

Tähän oppaaseen on koottu tiivistetysti tärkeimmät vaatimukset tiedoista, joita elintarvikkeista pitää antaa. Jokaisen osion lopussa on kerrottu, mistä saat tarvittaessa lisätietoa aiheesta.

Lisätiedon lähteenä toimii pääasiassa Ruokaviraston laatima *Elintarviketieto-opas elintarvikevalvojille ja elintarvikealan toimijoille* (Ruokaviraston ohje 17068/2).

Oppaaseen sisältyy runsaasti esimerkkejä ja kertaustehtäviä.

Opas on jaettu 11 osaan.

- **Osa 1, Vastuut ja lainsäädäntö.**
Osassa 1 kerrotaan siitä, kuka vastaa elintarvikkeista annettavista tiedoista. Lisäksi osaan 1 on koottu lainsäädäntöä, joihin merkintävaatimukset pääasiassa perustuvat.
- **Osa 2, Pakolliset tiedot.**
Osassa 2 kerrotaan yleisistä merkintävaatimuksista, kuten merkintöjen oikeellisuudesta, koosta, kielestä ja paikasta. Lisäksi esitellään pakatuissa ja pakkaamattomissa elintarvikkeissa vaadittavat merkinnät yleisellä tasolla.
- **Osa 3-9, Merkintöjen laatiminen.**
Osissa 3-9 esitellään pakolliset merkinnät yksitellen ja kerrotaan, kuinka merkinnät laaditaan oikein.

- **Osa 10, Esimerkkejä.**

Osassa 10 opetellaan esimerkkien avulla laatimaan pakolliset merkinnät elintarvikkeille reseptin pohjalta.

- **Osa 11, Kertaustehtävät.**

Osassa 11 voit testata, miten hyvin hallitset oppaassa esitellyt asiat.

Opas on tehty pääosin selkosuomeksi.

Saat oppaasta tietoa muun muassa näistä asioista:

- ▶ Kuka vastaa tiedoista, joita elintarvikkeista tulee antaa?
- ▶ Mihin merkintävaatimukset perustuvat?
- ▶ Mitä merkintöjä vaaditaan pakatuille elintarvikkeille?
- ▶ Mitä tietoja tulee antaa pakkaamattomista elintarvikkeista?



Osa 1, Vastuut ja lainsäädäntö

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Kuka vastaa tiedoista, joita elintarvikkeesta tulee antaa?
- ▶ Mihin merkintävaatimukset perustuvat?

Vastuut

Elintarvikealan toimija on velvollinen huolehtimaan siitä, että elintarvike on lainsäädännön vaatimusten mukainen.

Elintarviketiedoista vastaa toimija, jonka nimellä elintarviketta myydään.

Toimijan tulee tehdä merkinnät lainsäädännön vaatimusten mukaisesti. Siksi hänellä on oltava riittävät ja oikeat tiedot elintarvikkeesta, jonka hän on tuottanut, jalostanut ja jaellut.

Toimijan tulee tietää elintarvikkeen luonne, koostumus, määrä, säilyvyys, alkuperä ja valmistus- ja tuotantomenetelmä sekä tuntea elintarviketietoihin liittyvät lainsäädännön vaatimukset.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 4.5.

Lainsäädäntö

Elintarvikkeista on aina annettava lainsäädännön edellyttämät tiedot, kun tuotteita myydään tai muuten luovutetaan kuluttajalle tai suurtaloudelle, esimerkiksi ravintolalle.

Elintarviketietoja antaessasi sinun tulee huomioida joukko merkintävaatimuksia, jotka koskevat yleisesti kaikkia elintarvikkeita.

Näistä on säädetty pääasiassa seuraavissa asetuksissa:

- Euroopan parlamentin ja neuvoston asetus (EU) N:o 1169/2011 elintarviketietojen antamisesta kuluttajille (jatkossa elintarviketietoasetus)
- Maa- ja metsätalousministeriön asetus 834/2014 elintarviketietojen antamisesta kuluttajille
- Maa- ja metsätalousministeriön asetus 1010/2014 eräiden elintarvikkeiden ilmoittamisesta voimakassuolaiseksi

Lisäksi on huomioitava erityislainsäädäntö, joka sisältää muun muassa tuotekohtaisia merkintävaatimuksia.

Erytyislainsäädäntöä on koottu tämän oppaan Osaan 9, Muut pakolliset tiedot.

Lainsäädännön haku

EU-lainsäädännön säädökset löytyvät osoitteesta:

<https://eur-lex.europa.eu/homepage.html>

Säädös kannattaa hakea kohdasta "Uusin konsolidoitu versio", jos sellainen on. Konsolidoitu versio tarkoittaa säädöstä, johon on päivitetty viimeiset lainsäädännön muutokset.

Kansalliset säädökset löytyvät osoitteesta:

<https://www.finlex.fi/fi/>

Oppaassa viitataan usein lainsäädännön vaatimuksiin. Jotta löydät nämä viittaukset helposti, pidä opasta lukiessasi lainsäädäntö lähettävilläsi.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 2.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osiossa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Vastaat elintarvikkeesta annettavista tiedoista, jos tuotetta myydään nimelläsi.
- ▶ Jotta pystyt laatimaan merkinnät oikein, sinun tulee tuntea tuotteesi merkintöjä koskeva lainsäädäntö.



Osa 2, Pakolliset tiedot

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Millaisia vaatimuksia on annettu merkintöjen oikeellisuudesta, koosta, kielestä ja paikasta?
- ▶ Mitä tarkoitetaan pakatulla ja pakkaamattomalla elintarvikkeella?
- ▶ Mitä pakollisia merkintöjä vaaditaan pakatuissa elintarvikkeissa?
- ▶ Millaisia tietoja tulee antaa pakkaamattomista elintarvikkeista?

Merkintöjen oikeellisuus

Elintarvikkeesta on annettava totuudenmukaiset ja riittävät tiedot, harhaanjohtavia tietoja ei saa antaa.

Merkinnöissä et saa ilmoittaa elintarvikkeella olevan sellaisia erityisiä vaikutuksia tai ominaisuuksia, joita sillä ei ole tai joiden suhteen se ei poikkea muista vastaavista elintarvikkeista.

Esimerkiksi et voi ilmoittaa, että tuore kurkku on rasvaton, koska kaikki tuoreet kurkut ovat rasvattomia.

Et saa myöskään esittää, että elintarvikkeella on ihmisen sairauksien ennalta ehkäisemiseen, hoitamiseen tai parantamiseen liittyviä ominaisuuksia.

Esimerkiksi elintarvikkeen markkinointi ”flunssan hoitoon” tai ”apuna virtsatietulehduksessa” on kiellettyä.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 4.3.

Merkintöjen luettavuus, selvyys ja havaittavuus

Merkintöjen tulee olla helposti havaittavia, luettavia ja selkeitä.

Tavoitteena on, että henkilö, jolla on normaali näkökyky, pystyy lukemaan merkinnät vaivatta.

Pienen x-kirjasimen koon on oltava vähintään 1,2 mm.

Merkintöjen tulee olla pysyvällä tavalla tehtyjä.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 4.2.

Pakattu vai pakkaamaton elintarvike?

Pakollisia tietoja koskevat vaatimukset eroavat pakatuilla ja pakkaamattomilla elintarvikkeilla. Sen vuoksi sinun on tärkeää tietää, mitä näillä termeillä tarkoitetaan.

Valmiiksi pakatuilla elintarvikkeilla

tarkoitetaan elintarvikkeita,

- jotka on ennen myyntiä valmiiksi suljettu pakkaukseen kokonaan tai osittain siten, että pakkauksen sisältöä

ei voida muuttaa avaamatta tai rikkomatta pakkausta ja

- jotka on sellaisenaan tarkoitettu luovutettavaksi kuluttajalle tai suurtaloudelle. Valmiiksi pakattu elintarvike on tällöin yksi myyntiyksikkö, esimerkiksi ketsuppipullo tai täyslihasäilyke

Pakkaamattomilla elintarvikkeilla

tarkoitetaan elintarvikkeita,

- jotka kuluttaja itse pakkaa tai jotka pakataan kuluttajan pyynnöstä elintarvikkeen luovutuspaikassa, esimerkiksi irtotiskiltä pussiin otettavat riisipiirakat ja pasteijat tai konsulentin esittelytilanteessa pakkaamat leivät ja leivonnaiset
- jotka on valmiiksi pakattu elintarvikkeen luovutuspaikassa välitöntä myyntiä varten, esimerkiksi kaupan pakkaamat take away -salaatit ja täytetyt sämpylät
- jotka tarjoillaan elintarvikkeen luovutuspaikassa loppukuluttajalle valmiina nautittavaksi, esimerkiksi lounasravintolan keittoannos.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 5.3.

Merkintöjen kieli

Pakattujen elintarvikkeiden pakolliset merkinnät tulee pääsääntöisesti tehdä suomen ja ruotsin kielellä.

Jos elintarviketta kuitenkin myydään vain Suomen yksikielisissä kunnissa, riittää, että pakolliset merkinnät on tehty kyseisen kunnan kielellä.

Pakkaamattomien elintarvikkeiden

kielivaatimuksista ei ole säädetty kansallisesti. Ruokavirasto kuitenkin suosittelee, että pakkaamattomien elintarvikkeiden osalta noudatetaan samaa käytäntöä kuin pakatuissa elintarvikkeissa.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 4.4 ja 7.

Merkintöjen paikka

Pakatuissa elintarvikkeissa pakolliset elintarviketiedot on esitettävä suoraan pakkauksessa (tai siihen kiinnitetyssä etiketissä), jossa tuote luovutetaan kuluttajalle tai suurtaloudelle, esimerkiksi ravintolalle.

Pakkaamattomista elintarvikkeista

tiedot on ilmoitettava loppukuluttajalle kirjallisesti helposti havaittavassa ja selkeässä esitteessä tai taulussa tai muuten selkeällä tavalla.

Ilmoituksen tulee olla elintarvikkeen läheisyydessä.

Tiedot voidaan antaa myös suullisesti, kun selkeällä tavalla ilmoitetaan, että tiedot saa pyydettäessä. Poikkeuksena ovat tuotteen voimakassuolaisuudesta kertova merkintä vähittäismyynnissä sekä elintarvikkeen nimen ja lihan alkuperämaan ilmoittaminen tarjoilupaikoissa. Nämä tiedot pitää antaa aina kirjallisesti.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 5.4 ja 7.2.

Pakattujen elintarvikkeiden pakolliset merkinnät

Pakatun elintarvikkeen pakkauksessa (tai siihen kiinnitetyssä etiketissä) tulee ilmoittaa seuraavat tiedot:

- Elintarvikkeen nimi
- Ainesosaluettelo
- Ainesosaluettelossa allergioita ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet korostettuna
- Tiettyjen ainesosien tai ainesosien ryhmien määrät tarvittaessa
- Sisällön määrä (= paino tai tilavuus)
- Vähimmäissäilyvyysaika ("parasta ennen" -päivämäärä) tai viimeinen käyttöajankohta

- Vastuussa olevan elintarvikealan toimijan nimi, toiminimi tai aputoiminimi ja osoite
- Alkuperämaa eli maa, jossa elintarvike on valmistettu tai tuotettu, tai tuotteen lähtöpaikka tarvittaessa
- Säilytysohje tarvittaessa
- Käyttöohje tarvittaessa (sisältäen tarvittaessa varoitusmerkinnän)
- Juomien todellinen alkoholipitoisuus tilavuusprosentteina, jos alkoholipitoisuus on suurempi kuin 1,2 tilavuusprosenttia (Ruokaviraston suositus: kiinteässä elintarvikkeessa, jos alkoholipitoisuus enemmän kuin 1,8 painoprosenttia)
- Elintarvike-erän tunnus
- Ravintoarvoilmoitus
- Merkintä pakkauskaasun käytöstä tarvittaessa
- Merkintä makeutusaineen käytöstä tarvittaessa

Mahdolliset erityislainsäädännön vaatimat merkinnät kuten

- Voimakassuolaisuusmerkintä tarvittaessa
- Tunnistusmerkki laitoksessa valmistetuissa eläinperäisissä elintarvikkeissa

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.

Pakkaamattomien elintarvikkeiden pakolliset tiedot

Vähittäismyyntipaikassa on pakkaamattomista elintarvikkeista annettava loppukuluttajille seuraavat tiedot:

- Elintarvikkeen nimi
- Ainesosat
- Allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet

- Alkuperämaa tai lähtöpaikka tarvittaessa
- Käyttö- ja säilytysohjeet tarvittaessa
- Juustoista, makkaroista ja muista leikkeleinä käytettävistä lihavalmisteista rasvan ja suolan määrä ja tarvittaessa ilmoitus voimakassuolaisuudesta
- Ruokaleivistä suolan määrä ja tarvittaessa ilmoitus voimakassuolaisuudesta
- Erityislainsäädännön edellyttämät tiedot

Tarjoilupaikassa on pakkaamattomista elintarvikkeista annettava seuraavat tiedot:

- Elintarvikkeen nimi kirjallisesti
- Allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet
- Elintarvikkeen ainesosana käytetyn lihan alkuperämaa kirjallisesti

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 7.1.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Elintarvikkeesta on annettava totuudenmukaiset ja riittävät tiedot, harhaanjohtavia tietoja ei saa antaa.
- ▶ Merkintöjen tulee olla helposti havaittavia, luettavia ja selkeitä.
- ▶ Merkinnät tulee pääsääntöisesti tehdä suomeksi ja ruotsiksi.
- ▶ Merkintävaatimukset eroavat pakatuilla ja pakkaamattomilla elintarvikkeilla.



Osa 3, Elintarvikkeen nimi

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Elintarvikkeen nimeen liittyvät vaatimukset

Vaatimukset elintarvikkeen nimelle

Sopiva elintarvikkeen nimi on lyhyt ja täsmällinen.

Nimen tulee kertoa, mistä elintarvikkeesta on kyse.

Minkälaista nimeä elintarvikkeesta tulee käyttää?

1. Säädetty nimet

Elintarvikkeen nimenä tulee aina ensisijaisesti käyttää Euroopan yhteisön lainsäädännössä säädettyä, virallista nimeä. Jos tällaista nimeä ei ole, voidaan käyttää Suomessa säädettyä nimeä. Säädettyjä nimiä ovat esimerkiksi levitettävien ravintorasvojen sekä maidon ja maitotuotteiden, kuten juuston, voin ja jogurtin nimet.

2. Käyttöön vakiintuneet nimet

Jos laissa säädettyä nimeä ei ole, tulee käyttää Suomessa yleiseen käyttöön vakiintunutta nimeä. Tällaisia nimiä ovat esimerkiksi ruisleipä, ranskanleipä, leipäjuusto, pullapitko, sima, mämmi, maksalaatikko, maustekurkku, pizza, lasagne, spagetti, ravioli, tortelliini, taco, pate, mysli.

3. Elintarviketta kuvaavat nimet

Jos käyttöön vakiintunutta nimeä ei ole, tulee käyttää nimeä, joka kuvaa elintarviketta ja tarvittaessa sen käyttöä.

Nimen tulee täsmällisesti kertoa elintarvikkeesta ja erottaa se elintarvikkeista, joihin se muuten voitaisiin sekoittaa.

Tällöin nimi annetaan tavallisesti elintarvikkeen koostumusta kuvaavien ilmaisujen avulla seuraavasti:

Tyypillisesti nimeen yhdistetään elintarvikkeen suurimmat ainesosat, esimerkiksi:

- omena-tyrnimysli,
- rahkapulla,
- hillomunkki.

Silloin kun maulla on merkitystä tuotteen laatuun ja valintoihin, tulee nimestä käydä ilmi myös siihen viittaava ainesosa, esimerkiksi:

- muikkuja tomaattikastikkeessa / muikkuja öljyssä,
- mansikkakääretorttu, jolloin maku tulee mansikasta / metsämansikanmakuinen kääretorttu, jolloin maku tulee pääosin metsämansikka-aromista.

Elintarvikkeen nimestä tulee ilmetä sen olomuoto (esimerkiksi appelsiinijuoma (juoma = neste)) tai siihen kohdistunut erityinen käsittely, kuten jauhaminen, pakastus, pakkaskuivaus, tiivistys, savustus, mikäli tieto on ostajan kannalta tärkeä esimerkiksi:

- Appelsiinimehu / Appelsiinimehutiiviste
- Mustapippuri / Jauhettu mustapippuri
- Kalakeitto / kalakeitto, pakaste

Elintarvikkeen nimi ja kaupallinen nimi

Elintarvikkeen nimi ei ole sama asia kuin kaupallinen tuotenimi tai tavaramerkki. Kaupalliset nimet ja tavaramerkit ovat vapaaehtoisia merkintöjä eivätkä korvaa elintarvikkeen nimeä.

Alla näet esimerkkejä kaupallisista nimistä ja elintarvikkeiden nimistä.

Kaupallinen nimi - Vapaaehtoinen	Elintarvikkeen nimi - Pakollinen
Reissumies	Täysjyvärüisleipä
Tropic	Appelsiinitäysmehu
Jenkki	Ksylitolipurukumi

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.1 ja 7.1.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Elintarvikkeen nimi kertoo lyhyesti ja täsmällisesti, mistä elintarvikkeesta on kysymys.
- ▶ Elintarvikkeen nimi on eri asia kuin tuotteen kaupallinen nimi.



Osa 4, Ainesosaluettelo

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Mitä ainesosaluettelolla tarkoitetaan?
- ▶ Missä järjestyksessä ainesosat luetellaan ainesosaluettelossa?
- ▶ Miten ilmoitat ainesosaluettelossa valmistusaineet, elintarvikeparanteet ja ravitsemukselliset lisät?
- ▶ Miten ilmoitat allergiaa tai intoleranssia aiheuttavat aineet?
- ▶ Milloin ainesosan määrä tulee ilmoittaa ja miten merkintä tehdään?

Tässä osiossa tutustut ainesosaluettelon laadintaan. Ainesosaluettelo kertoo, mitä ainesosia elintarvikkeen valmistuksessa on käytetty. Ainesosaluettelo on otsikoitava. Otsikkona voidaan käyttää esimerkiksi sanoja ”ainekset” tai ”ainesosat”.

Kun olet käynyt läpi tämän osion, osaat ilmoittaa pakkaamattomien ja pakattujen elintarvikkeiden sisältämät ainesosat, allergioita ja intoleransseja aiheuttavat aineet, elintarvikeparanteet (kuten lisäaineet) sekä vitamiinit ja kivennäisaineet.

Ainesosien järjestys luettelossa

Pakatun elintarvikkeen ainesosat ilmoitetaan reseptin mukaan alenevassa paljousjärjestyksessä eli suurimmasta pienempään.

Poikkeuksena tästä ovat vesi ja muut mahdolliset elintarvikkeen valmistuksessa haihtuvat aineet, kuten alkoholi. Ne ilmoitetaan ainesosaluettelossa sen mukaan, kuinka paljon niitä on lopullisessa elintarvikkeessa.

Jos lopullisessa elintarvikkeessa on enintään 5 % lisättyä vettä tai haihtuvaa ainetta, ei sitä tarvitse lainkaan ilmoittaa ainesosaluettelossa.

Tätä poikkeusta ei kuitenkaan sovelleta lihaan, raakalihavalmisteisiin, jalostamattomiin kalastustuotteisiin ja jalostamattomiin simpukoihin.

Pakkaamattoman elintarvikkeen ainesosien ilmoittamiselle ei ole asetettu erityisiä muotovaatimuksia. Oleellista on, että kuluttajalle annettavat tiedot ovat oikein ja todennettavissa.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.2.9 ja 7.1.

Ilmoitettavat ainesosat

Ainesosaluettelossa tulee ilmoittaa

- valmistusaineet (esimerkiksi vesi, vehnä jauho, sokeri, kananmunat),
- elintarvikeparanteet (esimerkiksi säilöntäaine (sorbaatti), mansikka-aromi) ja
- ravitsemukselliset lisät (esimerkiksi D-vitamiini, kalsium)

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.2.1.

Allergioita ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet

Seuraavat elintarviketietoasetuksen liitteessä II annetut allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet on ilmoitettava sekä pakatuista että pakkaamattomista elintarvikkeista:

- Gluteenia sisältävät viljat eli vehnä, ruis, ohra, kaura ja niistä valmistetut tuotteet
- Äyriäiset ja äyriäistuotteet
- Kananmunat ja munatuotteet
- Kalat ja kalatuotteet
- Maapähkinät ja maapähkinä tuotteet
- Soijapavut ja soijapaputuotteet
- Maito ja maitotuotteet (laktoosi mukaan lukien)
- Pähkinät ja pähkinä tuotteet
- Selleri ja sellerituotteet
- Sinappi ja sinappituotteet
- Seesaminsienet ja seesaminsientuotteet
- Rikkidioksidi ja sulfiitit, jos niiden pitoisuudet ovat yli 10 mg/kg tai 10 mg/l kokonaisrikkidioksidiksi laskettuna. Pitoisuudet lasketaan sellaisenaan nautittavaa tai valmistajan ohjeiden mukaan valmistettua tuotetta kohden.
- Lupiinit ja lupiinituotteet
- Nilviäiset ja nilviäistuotteet

Miten nämä ilmoitetaan ainesosaluettelossa?

Pakatuissa elintarvikkeissa allergioita ja intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet tulee merkitä ainesosaluetteloon korostettuna, esimerkiksi tummennettuna, isoilla kirjaimilla tai taustavärillä.

Korostusmerkintää ei ainesosaluettelossa tarvitse tehdä, jos allergiaa tai intoleranssia aiheuttava ainesosa on mainittu tuotteen nimessä, esimerkiksi Maitojauhe.

Jos ainesosa liitetään yleisesti tiettyyn alkuperään, esimerkiksi juusto, voi ja jogurtti viittaavat selvästi maidon alkuperään, riittää, että nämä sanat korostetaan ainesosaluettelossa.

Allergiaa ja intoleranssia aiheuttavat lisäaineet on aina ilmoitettava omalla nimellään, pelkkä E-koodi ei riitä, esimerkiksi **soijalesitiini** (ei E 322).

Esimerkki pullan ainesosaluettelosta:

Vehnäjauho, maito, sokeri, rypsiöljy, **kananmuna**, hiiva, suola, emulgointiaine (**soijalesitiini**)

Myös **pakkaamattomista** elintarvikkeista tulee ilmoittaa allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet.

Tiedot voidaan antaa joko kirjallisesti tai suullisesti.

Kirjallisesti annetuissa tiedoissa kyseisiä ainesosia ei tarvitse korostaa.

Jos tiedot annetaan suullisesti, tulee selkeällä tavalla ilmoittaa, että tiedot saa, jos niitä pyytää.

Allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet kontaminaationa

Joissakin tapauksissa elintarvikkeeseen voi joutua kontaminaationa esimerkiksi käsistä tai työvälineistä sellaisia allergiaa ja intoleransseja aiheuttavia ainesosia, jotka eivät kuulu reseptiin.

Kun kaikki voitava on tehty kontaminaatoriskin poistamiseksi, mutta allergeenin varoitusmerkintä kuitenkin katsotaan riskinhallintatoimena tarpeelliseksi, suositellaan pakkaukseen erillistä merkintää:

”Saattaa/voi sisältää pieniä määriä xxxx”.

Ilmoita allergiaa ja intoleranssia aiheuttava aine mahdollisimman tarkasti omalla nimellään. Esimerkiksi pähkinöiden osalta ilmoita, mistä pähkinälajista on kysymys, koska ihmiset voivat olla allergisia eri pähkinöille.

Esimerkiksi ”Saattaa sisältää pieniä määriä hasselpähkinää” tai ”Voi sisältää hasselpähkinäjäämiä”.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.2.4 ja 7.1.

Elintarvikeparanteet

Elintarvikeparanteilla tarkoitetaan lisäaineita, aromeja ja entsyymejä.

Seuraavaksi opit, miten kyseiset elintarvikeparanteet tulee ilmoittaa ainesosaluettelossa.

Lisäaineiden ilmoittaminen

Lisäaineita käytetään elintarvikkeeseen aina jotakin teknologista tarkoitusta varten, kuten lisäämään elintarvikkeen säilyvyyttä tai parantamaan elintarvikkeen väriä ja rakennetta.

Lainsäädännössä määrätään, missä elintarvikkeissa ja miten paljon kutakin lisäainetta saa käyttää.

Lisäaineet ilmoitetaan käyttötarkoitusta osoittavalla ryhmänimellä (esimerkiksi säilöntäaine, happamuudensäätöaine, makeutusaine), jota täydennetään lisäaineen omalla nimellä tai numerotunnuksella eli E-koodilla.

Esimerkiksi:

happamuudensäätöaine (askorbiinihappo) TAI happamuudensäätöaine (E300)

Poikkeus: Lisäaineen ryhmänimen ”muunnettu tärkkelys” yhteydessä yksilöllisen nimen tai E-numeron ilmoittaminen ei ole pakollista.

Lisäaineiden nimet ja numerotunnukset

(E-koodit) löytyvät Euroopan parlamentin ja neuvoston asetuksesta (EY) N:o 1333/2008 elintarvikelisäaineista.

Tässä asetuksessa kerrotaan myös, mitä lisäaineita mihinkin elintarvikkeisiin saa käyttää.

Lisäaineiden ryhmänimistä

on luettelo elintarviketietoasetuksen liitteen VII C-osassa.

Jos lisäaine kuuluu useampaan kuin yhteen ryhmään, lisäaineen ensisijainen käyttötarkoitus määrää ryhmänimen.

Esimerkiksi askorbiinihappo (E 300) voi kuulua käyttötarkoituksensa perusteella kolmeen eri lisäaineryhmään:

- hapettumisenestoaine (E 300) tai
- happamuudensäätöaine (E 300) tai
- jauhonparanne (E 300)

Allergiaa ja intoleranssia aiheuttavat lisäaineet

Allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat lisäaineet on ilmoitettava omilla nimillään, pelkkä ryhmänimen ja E-koodin ilmoittaminen ei riitä. Esimerkiksi soijaperäinen lesitiini tulee ilmoittaa nimellä emulgointiaine (**soijalesitiini**) (eli emulgointiaine (E 322) ei riitä).

Pakkauskaasut

Pakkauskaasut luokitellaan lisäaineiksi, mutta niitä ei tarvitse ilmoittaa ainesosaluettelossa, koska niitä ei ole jäljellä lopullisessa elintarvikkeessa. Pakkauskaasuun pakattuihin elintarvikkeisiin tulee kuitenkin tehdä merkintä ”pakattu suojakaasuun”.

Värit

Tiettyjen värien käyttö edellyttää seuraavan varoituslausekkeen antamista pakkausmerkinnöissä: ”värin/värien nimi tai E-numero: voi vaikuttaa haitallisesti lasten aktiivisuustasoon ja heikentää tarkkaavaisuutta”.

Varoituslauseketta vaativat värit:

- paraoranssi (E 110),
- kinoliinikeltainen (E 104),
- karmosiini (E 122),
- alluranpunainen (E 129),
- tartratsiini (E 102) ja
- uuskokkiini (E 124).

Makeutusaineet

Makeutusainetta (esimerkiksi aspartaami ja asesulfaami K) sisältävään elintarvikkeeseen vaaditaan merkintä: ”sisältää makeutusainetta”.

Lisättyä sokeria ja makeutusainetta sisältävään elintarvikkeeseen vaaditaan merkintä: ”sisältää sokeria ja makeutusainetta”.

Jos elintarvikkeeseen on käytetty useampia makeutusaineita ja sokereita, näistä käytetään monikkomuotoja, esimerkiksi ”sisältää sokereita ja makeutusaineita”.

Aspartaamia tai aspartaamiasesulfaamisuolaa sisältävään elintarvikkeeseen vaaditaan merkintä: ”sisältää aspartaamia (fenyylialaniinin lähde)”, jos aspartaami tai aspartaamiasesulfaamisuola on merkitty ainesosaluettelo E-koodilla.

TAI

”sisältää fenyylialaniinin lähteen”, jos aspartaami tai aspartaamiasesulfaamisuola on merkitty ainesosaluetteloon yksilöllisellä nimellä. Elintarvikkeeseen, johon on lisätty yli 10 % *polyoleja* eli sokerialkoholeja (esimerkiksi ksylitoli ja sorbitoli), vaaditaan merkintä: ”liiallisella käytöllä voi olla laksatiivisia vaikutuksia”.

Aromien ilmoittaminen

Aromit ilmoitetaan ainesosaluettelossa sanoilla ”aromi” tai ”aromit” tai aromin tarkemmalla nimellä, esimerkiksi ammoniumkloridi tai aromin tarkemmalla kuvauksella, esimerkiksi mansikka-aromi, luontainen aromi, luontainen mansikka-aromi.

Luontainen-termin käyttöön aromin kuvauksessa liittyy erityisvaatimuksia, jotka on kuvattu Euroopan parlamentin ja neuvoston asetuksen (EY) N:o 1334/2008 artiklassa 16. Samassa asetuksessa annetaan myös aromien elintarvikkeikäyttöä koskevat säännöt.

Elintarvikkeen valmistuksessa käytetty *kinini* ja *kofeiini* on aina ilmoitettava omalla nimellään välittömästi sanan aromi jälkeen, esimerkiksi aromi (kofeiini).

Savuaromin käytöstä ilmoitetaan sanalla ”savuaromi” tai ”savuaromit” tai tarkemmalla kuvauksella, esimerkiksi ”pyökistä valmistettu savuaromi”. Elintarvikkeisiin sallitut savuaromit annetaan Komission täytäntöönpanoasetuksessa (EU) N:o 1321/2013.

Entsyymien ilmoittaminen

Entsyymit ovat proteiineja, jotka voivat käynnistää tietyn biokemiallisen reaktion. Esimerkiksi laktaasi-entyymillä pilkotaan maitosokeri eli laktoosi, jolloin maitotuote sopii paremmin henkilöille, joilla on laktoosi-intoleranssi.

Entsyymien käytön tulee täyttää EU-lainsäädännön vaatimukset.

Entsyymit ilmoitetaan ainesosaluettelossa omalla nimellään, jos niiden käyttö on lisäaineellista. Valmistuksen apuaineena käytettyjä entsyymejä ei tarvitse ilmoittaa.

Entsyymien merkintävaatimukset tarkentuvat, kun EU:ssa sallittujen elintarvike-entsyymien luettelo julkaistaan osana Euroopan parlamentin ja neuvoston asetusta (EY) N:o 1332/2008 elintarvike-entsyymeistä.

Lisätietoja elintarvikeparanteista löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.2.8, 6.15 ja 6.16.

Vitamiinit ja kivennäisaineet

Jos vitamiineja, kivennäisaineita tai muita ravitsemuksellisesti tai fysiologisesti vaikuttavia aineita lisätään elintarvikkeeseen, katsotaan elintarvike täydennetyksi elintarvikkeeksi (Euroopan parlamentin ja neuvoston asetusta (EY) N:o 1925/2006.)

Elintarvikkeen täydentämiseen käytetyt vitamiinit ja kivennäisaineet ovat elintarvikkeen ainesosia, jolloin ne tulee merkitä ainesosaluetteloon. Ne suositellaan merkittäväksi ainesosaluetteloon elintarviketietoasetuksen liitteessä XIII mainituilla nimillä, esimerkiksi: tiamiini (ei B1-vitamiini), riboflaviini (ei B2-vitamiini).

Vitamiinien ja kivennäisaineiden ilmoittamisessa voidaan käyttää myös ryhmänimiä, mutta ryhmänimen jälkeen on yksilöidysti ilmaistava kyseiset vitamiinit ja kivennäisaineet, esimerkiksi

- vitamiineja (A-, D- ja E-vitamiinia)
- kivennäisaineita (rautaa, kalsiumia).

Lisäksi vitamiinien ja kivennäisaineiden määrät ja niiden osuus päivittäisen saannin vertailuarvoista on ilmoitettava ravintoarvomerkinnoissä.

Ravintoarvomerkinntöjä käsitellään tarkemmin tämän oppaan Osassa 8.

Huomioithan, että mikäli elintarviketta täydennetään vitamiineilla ja kivennäisaineilla, elintarvikkeesta on tehtävä ilmoitus Ruokavirastoon.

Ruokavirasto on ohjeistanut ilmoittamiskäytännöstä internetsivuillaan.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.3

Koostetut ainesosat

Koostettu ainesosa on elintarvikkeen valmistuksessa käytetty toinen elintarvike, joka sisältää useampaa kuin yhtä ainesosaa. Tarkastellaan aihetta esimerkin avulla.

Mansikka-omenatäytepitkon valmistuksessa käytetään seuraavia ainesosia:

- Vehnäjauho
- Mansikka-omenatäyte (sokeri, mansikka, omena, vesi, muunnettu tärkkelys, väri E 120)
- Kasvimargariini (osittain kovetettu kasvirasva (rypsi), rypsiöljy, vesi, suola, aromi)
- Sokeri
- Kananmuna
- Vesi
- Hiiva
- Suola
- Kardemumma

Näistä ainesosista ”mansikka-omenatäyte” ja ”kasvimargariini” ovat koostettuja ainesosia, koska ne sisältävät useampaa kuin yhtä ainesosaa.

Koostettujen ainesosien ilmoittaminen

Koostettu ainesosa voidaan ilmoittaa lopullisen elintarvikkeen ainesosaluettelossa seuraavilla tavoilla:

1. Koostetun ainesosan nimellä

Koostettu ainesosa ilmoitetaan omalla nimellään ainesosaluettelossa painonsa mukaisella paikalla. Välittömästi tämän nimen jälkeen ilmoitetaan esimerkiksi suluissa tai kaksoispisteen jälkeen sen ainesosat painon mukaan alenevassa järjestyksessä (*carry over -lisäaineita ei tarvitse ilmoittaa).

Esimerkiksi:

Ainesosat: **Vehnäjauho**, mansikka-omenatäyte (sokeri, mansikka, omena, vesi, muunnettu tärkkelys, väri E 120), kasvimargariini (osittain kovetettu kasvirasva (rypsi), rypsiöljy, vesi, suola, aromi), sokeri, **kananmuna**, vesi, hiiva, kardemumma ja suola.

2. Yksittäisten ainesosien nimellä

Koostetun ainesosan yksittäiset ainesosat ilmoitetaan omalla painonsa mukaisella paikalla (*carry over -lisäaineita ei tarvitse ilmoittaa).

Esimerkiksi:

Ainesosat: **Vehnäjauho**, sokeri, vesi, mansikka, omena, osittain kovetettu kasvirasva (rypsi), rypsiöljy, **kananmuna**, muunnettu tärkkelys, hiiva, kardemumma, suola, aromi ja väri E 120.

3. Poikkeuksellisesti pelkästään omalla nimellään

Seuraavissa tapauksissa koostettu ainesosa voidaan ilmoittaa ainesosaluettelossa pelkästään omalla nimellään eikä sitä tarvitse purkaa ainesosikseen:

- Koostetut ainesosat, joiden osuus lopputuotteessa on alle 2 % ja joiden koostumus on määritelty lainsäädännössä (esimerkiksi hillo ja suklaa)

- Mauste- tai yrttisekoitus, kun sen osuus elintarvikkeesta on alle 2 %
- Koostettu ainesosa on elintarviketietoasetuksen 19 artiklassa tarkoitettu elintarvike, jonka ainesosia ei tarvitse ilmoittaa, esimerkiksi
 - voi, joka sisältää vain maitovalmisteita, entsyymejä ja mikrobiviljelmiä
 - kypsytetty juusto, joka sisältää vain maitovalmisteita, entsyymejä tai mikrobiviljelmiä ja suolaa.

Nämä helpotukset eivät koske kuitenkaan allergioita ja intoleransseja aiheuttavia aineita ja tuotteita, jotka tulee aina ilmoittaa.

*Carry over –lisäaineilla tarkoitetaan lisäaineita, jotka ovat joutuneet elintarvikkeeseen ainesosan mukana. Niillä ei kuitenkaan ole enää vaikutusta lopullisessa elintarvikkeessa. Tällöin kyseisiä lisäaineita ei pidetä lopullisen elintarvikkeen ainesosina, jolloin niitä ei tarvitse ilmoittaa tämän ainesosaluettelossa, elleivät ne ole allergiaa tai intoleranssia aiheuttavia. Carry over –lisäaineita ei kuitenkaan saa sekoittaa valmistusaineiden ja lisäaineiden esiseoksista tuleviin lisäaineisiin, jotka tulee aina ilmoittaa ainesosaluettelossa. Tällaisia esiseoksia käytetään yleisesti elintarviketeollisuudessa.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.2.10.

Tiettyjen ainesosien tai ainesosien ryhmien määrät

Elintarvikkeiden ainesosien tai ainesosien ryhmien määrät on ilmoitettava silloin, jos niillä on merkitystä kuluttajan valintoihin.

Ainesosan tai ainesosien ryhmän määrän ilmoittaminen on pakollista seuraavissa tilanteissa:

- Elintarvikkeen nimessä mainitaan jokin sen sisältämä ainesosa tai ainesosien ryhmä. Esimerkiksi:
 - Mansikkajogurtista on ilmoitettava sen sisältämän mansikan määrä.
 - Ruisleivästä on ilmoitettava rukiin määrä.
 - Eri lihalajeista valmistetussa jauhelihassa tulee ilmoittaa käytettyjen lihalajien painosuhte.
- Kuluttaja tavallisesti yhdistää ainesosan tai ainesosien ryhmän elintarvikkeen nimeen. Esimerkiksi:
 - Janssoninkiusauksesta on ilmoitettava kalan määrä.
 - Makkarasta on ilmoitettava lihan määrä.
- Ainesosa tai ainesosien ryhmä on elintarvikkeessa olennainen ja erottaa sen muista tuotteista. Esimerkiksi:
 - Marsipaanista on ilmoitettava mantelin määrä.
- Ainesosaa tai ainesosien ryhmää korostetaan pakkausmerkinnöissä esimerkiksi sanoin, kuvin tai käyttämällä erikokoisia, -värisiä tai -tyylisiä kirjaimia ainesosan tuomiseksi esiin. Esimerkiksi:
 - Hedelmäisestä myslistä on ilmoitettava hedelmien määrä.
 - Voilla leivotuksi ilmoitetusta pullasta on ilmoitettava voin määrä.

Ainesosan määrän ilmoittamistapa

Ainesosan määrä ilmoitetaan painoprosentteina koko tuotteen painosta. Määrää tarkoittava merkintä on tehtävä elintarvikkeen nimen tai ainesosaluettelon yhteyteen.

Esimerkit ainesosan määrän ilmoittamisesta:

Kirjolahikiusaus 400 g

Kirjolohta **20 paino-%**

Ainekset. Peruna, **kirjolohti**, **kerma**, sipuli, maissitärkkelys, suola, tilli, valkopippuri.

Kirjolahikiusaus 400 g

Ainekset. Peruna, **kirjolohti (20 paino-%)**, **kerma**, sipuli, maissitärkkelys, suola, tilli, valkopippuri.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.4.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.pakkaamattomaan elintarvikkeeseen.

Yhteenveto

- ▶ Ilmoita pakatun elintarvikkeen ainesosat paljousjärjestyksessä, suuremmasta pienempään.
- ▶ Muista aina ilmoittaa allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet.
- ▶ Jos käytät elintarvikeparanteita, varmista niiden käytölle mahdollisesti annetut rajoitukset sekä lisämerkintävaatimukset.
- ▶ Jos täydennät elintarviketta vitamiineilla tai kivennäisaineilla, tee elintarvikkeesta ilmoitus Ruokavirastoon.
- ▶ Jos korostat jotakin ainesosaa, ilmoita myös sen määrä.



Osa 5, Päiväysmerkinnät

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Mitä eroa on vähimmäissäilyvyysajalla ja viimeisellä käyttöajankohdalla?
- ▶ Miten päiväysmerkintä ilmoitetaan?

Päiväysmerkintänä voi käyttää tuotteesta riippuen joko vähimmäissäilyvyysaika ("parasta ennen") tai viimeistä käyttöajankohtaa.

Vähimmäissäilyvyysaika eli "parasta ennen" merkintä

Vähimmäissäilyvyysajalla tarkoitetaan ajankohtaa, johon asti elintarvike oikein säilytettyinä säilyttää sille tyypilliset ominaisuudet, kuten maun ja rakenteen. Elintarvikkeen voi myydä tai käyttää tämän päivämäärän jälkeenkin, kunhan sen laatu ei ole oleellisesti heikentynyt.

Vastuu elintarvikkeen laadusta on tässä tapauksessa myyjällä tai elintarvikkeen luovuttajalla.

Jotta kuluttajat eivät epähuomiossa ostaisi päiväykseltään vanhentuneita elintarvikkeita, tulisi päiväyksen ylittymisestä ilmoittaa myytävän tai luovutettavan tuotteen yhteydessä.

Vähimmäissäilyvyysajan ilmoittaminen

Vähimmäissäilyvyysaika ilmoitetaan käyttämällä sanontaa "parasta ennen", jonka jälkeen ajankohta merkitään seuraavasti:

Elintarvikkeen säilyvyysaika	Päiväyksen aikatarkkuus	Esimerkiksi
enintään 3 kuukautta	päivä ja kuukausi	"parasta ennen 31.12."
yli 3, mutta enintään 18 kuukautta	kuukausi ja vuosi	"parasta ennen joulukuun 2019 loppua"
yli 18 kuukautta	vuosi	"parasta ennen 2019 loppua"
kaikki edellä mainitut säilyvyysajat	päivä, kuukausi ja vuosi	"parasta ennen 31.12.2019"

Vähimmäissäilyvyysaika ilmoitetaan aina järjestyksessä päivä, kuukausi ja vuosi. Jos päiväys merkitään ainoastaan kuukautena ja vuotena tai pelkästään vuoden tarkkuudella, on sana "loppua" lisättävä päiväyksen loppuun, esimerkiksi "parasta ennen 2019 loppua".

Ajankohta voidaan ilmoittaa myös muualla pakkauksessa kuin "parasta ennen" -merkinnän jälkeen.

Tällöin merkinnän yhteydessä tulee ilmoittaa, missä pakkauksen kohdassa päiväys on, esimerkiksi ”parasta ennen” – katso tuotteen kansi.

Pakasteissa käytetään aina ”parasta ennen” -päiväystä.

Viimeinen käyttöajankohta tai viimeinen käyttöpäivä

Viimeisellä käyttöajankohdalla tarkoitetaan ajankohtaa, johon asti elintarviketta saa käyttää.

Viimeinen käyttöajankohta merkitään mikrobiologisesti helposti pilaantuviin elintarvikkeisiin, jotka voivat muodostaa terveydellisen vaaran lyhyenkin säilytyksen jälkeen.

Tällaisia elintarvikkeita ovat esimerkiksi seuraavat elintarvikkeet, ellei niitä ole lämpökäsittelyn tai säilöntäaineiden avulla tai muulla keinoin tehty säilyviksi:

1. Raakamaito ja siitä valmistetut tuotteet
2. Munavalmisteet
3. Tuore liha, elimet, veri ja tuore plasma
4. Jauheliha ja muut kypsentämättömät lihavalmisteet
5. Tuore kala, mäti ja äyriäinen
6. Tuoresuolattu ja kylmäsavustettu kala
7. Sellaiset ruokaineokset, jälkiruoat ja konditoriavalmisteet, joita ei ole lämpökäsitelty

Muutkin tuotteet kuin luettelossa mainitut voivat olla mikrobiologisesti helposti pilaantuvia, jolloin ne vaativat ”viimeinen käyttöpäivä” -merkinnän.

Tällöin toimijan tulee tapauskohtaisesti arvioida, onko tuotetta pidettävä mikrobiologisesti helposti pilaantuvana.

Elintarviketta ei saa myydä viimeisen käyttöpäivän jälkeen eikä käyttää myytävän tai tarjottavan elintarvikkeen valmistuksessa.

Viimeisen käyttöajankohdan ilmoittaminen

Viimeinen käyttöajankohta merkitään pakkaukseen käyttämällä sanontaa ”viimeinen käyttöajankohta” tai ”viimeinen käyttöpäivä”, jonka jälkeen pakkaukseen merkitään päiväys päivänä ja kuukautena sekä haluttaessa myös vuosilukuna. Tällöin järjestyksen tulee olla nimenomaan tämä.

Esimerkiksi

- viimeinen käyttöajankohta 27.9.
- viimeinen käyttöpäivä 27.9.2019.

Merkinnän yhteydessä on esitettävä lisäksi tuotteen säilytysohje.

Muuta huomioitavaa

Erätunnus

Jos päiväysmerkintä ilmaistaan ainakin päivän ja kuukauden tarkkuudella, sitä voidaan käyttää myös elintarvike-erän tunnuksena. Erätunnuksesta kerrotaan tarkemmin tämän oppaan osassa 9, Muut pakolliset tiedot.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Päiväysmerkintää ei tarvitse ilmoittaa pakkaamattomista elintarvikkeista, ellei elintarvikkeen säilytysohje sitä erityisesti edellytä.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.7 ja 7.1.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Viimeinen käyttöajankohta tai viimeinen käyttöpäivä merkitään mikrobiologisesti herkästi pilaantuviin elintarvikkeisiin. Elintarviketta ei saa käyttää eikä myydä tämän päivämäärän jälkeen.
- ▶ Parasta ennen -päivämäärän jälkeen elintarvikkeen voi vielä myydä tai käyttää, jos laatu ei ole oleellisesti heikentynyt. Toimijana vastaat elintarvikkeen laadusta myös silloin.



Osa 6, Alkuperämaa

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Mitä tarkoitetaan alkuperämaalla?
- ▶ Milloin ja miten alkuperämaa tulee ilmoittaa?

Mikä on alkuperämaa?

Alkuperämaaksi katsotaan maa, jossa elintarvike on tuotettu tai valmistettu.

Tuottamisella tarkoitetaan esimerkiksi kasvisten viljelyä tai karjan kasvatusta. Valmistuksella tarkoitetaan elintarvikkeen yhdistämistä muihin ainesosiin, kypsentämistä, säilömistä tai muuta vastaavaa käsittelyä.

Jos tuottamiseen on osallistunut useampi kuin yksi maa tai alue, alkuperämaaksi katsotaan se alue, jossa tuotteelle on suoritettu viimeisin merkittävä valmistustoimi.

Valmistuksena ei pidetä elintarvikkeen pakkaamista, lajittelua, puhdistusta, yksinkertaista kuivaamista tai muuta vähäistä käsittelyä, joka ei olennaisesti muuta elintarviketta.

Milloin alkuperämaa ilmoitetaan?

Elintarvikkeen alkuperämaa tulee ilmoittaa, jos sen ilmoittamatta jättäminen voi johtaa kuluttajaa harhaan tai sen ilmoittaminen on lainsäädännöllä säädetty pakolliseksi.

Milloin alkuperämaan ilmoittamatta jättäminen voi johtaa kuluttajaa harhaan?

Alkuperämaa tulee ilmoittaa, jos tuotteen merkinnöistä, esimerkiksi toimijan nimestä, logosta, tavaramerkistä, kuvista tai symboleista voi muutoin saada harhaanjohtavan käsityksen tuotteen alkuperästä.

Esimerkiksi, jos tuote on valmistettu Ruotsissa, mutta pakkaukseen on merkitty suomalaisen elintarvikealan toimijan nimi ja osoite, on alkuperämaa ilmoitettava.

Alkuperämaan ilmoittaminen on pakollista seuraavista elintarvikkeista:

Elintarvike/ elintarvikeryhmä	Lainsäädäntöviite
Naudanliha (tuore, jäähdytetty ja jäädytetty)	(EY) N:o 1760/2000, (EY) N:o 275/2007 ja (EY) N:o 1825/2000
Sian, lampaan, vuohen ja siipikarjan liha (tuore, jäähdytetty ja jäädytetty)	(EU) N:o 1337/2013

Elintarvike/ elintarvikeryhmä	Lainsäädäntöviite
Tarjoilupaikeissa aterian ainesosana käytettävä tuore, jäädytetty tai jäädytetty liha (nauta, sika, lammas, vuohi, siipikarja)	MMMa 154/2019 (voimassa 1.5.2019–30.4.2021)
Suomessa valmistetun ja pakatun tuotteen osalta <ul style="list-style-type: none"> • elintarvikkeen ainesosana käytetty liha • maito • maitotuotteet ja tiettyjen vastaavien valmisteiden ainesosana käytetty maito 	MMMa 218/2017 ja MMMa 685/2019
Kalastustuotteet	(EU) N:o 1379/2013
Kokonaiset tuoreet kasvikset (vihannekset, hedelmät ja marjat)	(EU) N:o 543/2011
Hunaja	MMMa 392/2015
Oliiviöljy	(EU) N:o 29/2012 (EU) N:o 1308/2013

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Vähittäismyyntipaikassa tulee ilmoittaa pakkaamattoman elintarvikkeen alkuperämaa, jos sen ilmoittaminen on säädetty pakolliseksi tai sen ilmoittamatta jättäminen voi johtaa kuluttajaa harhaan.

Tarjoilupaikeissa tulee ilmoittaa aterian ainesosana käytetyn tuoreen, jäädytetyn tai jäädytetyn lihan alkuperämaa kirjallisesti. Vaatimus koskee nautan-, sian-, lampaan-, vuohen- ja siipikarjanlihaa. Vaatimus ei koske tarjoilupaikeissa valmiina tulleita lihavalmisteita, kuten kypsiä lihapullia, eikä raakalihavalmisteita, kuten marinoituja broilerinfileitä.

Miten alkuperämaa ilmoitetaan?

Harhaanjohtavuuden estämiseksi suositellaan alkuperämerkinnän sijoittamista näkyvään paikkaan, esimerkiksi pakkauksen etusivulle.

Alkuperämerkinnäksi riittää alkuperämaan nimi tai yleisesti tunnettu maan nimen lyhennys tai alkuperäalue.

Poikkeuksena ovat tuoreet kokonaiset kasvikset (vihannekset, hedelmät ja marjat), joiden alkuperämaan ilmoittamiseen ei saa käyttää lyhennettä, vaan maan nimi on kirjoitettava kokonaan. Maan nimen lisäksi voi ilmoittaa tuotantoalueen tai paikannimen.

Alkuperämaan asemesta voidaan ilmoittaa tätä pienempi alkuperäalue, lähtöpaikka, maan osa tai osavaltio, jos sitä voidaan pitää yleisesti tunnettuna, esimerkiksi Ahvenanmaa, Skotlanti, Sisilia, Havaiji ja Kalifornia.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.10.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Alkuperämaa tulee ilmoittaa, jos sen ilmoittamatta jättäminen voi johtaa kuluttajaa harhaan tai jos sen ilmoittaminen on lainsäädännöllä säädetty pakolliseksi.



Osa 7, Säilytys- ja käyttöohje

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Milloin säilytysohje vaaditaan ja miten se tulee ilmoittaa?
- ▶ Milloin käyttöohje vaaditaan ja miten se tulee ilmoittaa?

Säilytysohje

Elintarvikkeen pakkaukseen merkitään tarvittaessa erityiset säilytysohjeet.

Merkintä vaaditaan, kun tuotteen säilyminen ilmoitettuun ajankohtaan saakka edellyttää huoneenlämpötilasta poikkeavaa lämpötilaa tai muutoin erityisiä säilytys- tai käyttöolosuhteita.

Säilytysohje on aina ilmoitettava mikrobiologisesti helposti pilaantuvien elintarvikkeiden pakkauksissa.

Säilytysohje tulee merkitä myös, jos on mahdollista, että ostaja ei tiedä, miten tuotetta pitää säilyttää.

Säilytysohje voi koskea tuotetta myös pelkästään avaamisen jälkeen.

Esimerkiksi:

”Tuote säilyy avattuna 4 päivää jääkaapissa 6 °C:ssa.”

Pakkaamattomista elintarvikkeista tulee antaa kuluttajalle säilytysohje tarvittaessa vähittäismyynnissä.

Säilytysohjeen ilmoittaminen erityislainsäädännössä

Erytyislainsäädäntö edellyttää säilytysohjeen ilmoittamista joidenkin elintarvikkeiden pakkauksessa. Esimerkiksi:

Ruokaperuna

Ruokaperunan pakkauksessa tulee ilmoittaa säilytysohje ja pakkauspäivämäärä tai vähimmäissäilyvyysaika.

Esimerkiksi säilytysohje voidaan antaa seuraavasti: ”Säilytettävä valolta suojattuna, enintään + 10 °C.”

Pakasteet

Pakasteisiin on merkittävä vähimmäissäilyvyysajan lisäksi aika, jonka ostaja voi säilyttää pakastetta sekä säilytysohje, josta ilmenee säilytyslämpötila. Pakastettujen ja jäädytettyjen elintarvikkeiden erityismerkintöjä käsitellään tarkemmin Osassa 9, Muut pakolliset tiedot.

Lisätietoa säilytysohjeesta löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.12 ja 7.1.

Käyttöohje

Elintarvikkeen pakkaukseen tulee merkitä käyttöohje, jos elintarvikkeen tarkoituksenmukainen käyttö ilman sitä on vaikeaa.

Merkintä vaaditaan silloin, kun käyttöohjeen puuttuminen saattaa aiheuttaa terveydellistä tai taloudellista vaaraa tai jos on olemassa mahdollisuus, että tuotetta käytetään muuten virheellisesti.

Käyttöohjeet voivat olla myös varoitusmerkintöjä tai annostusohjeita. Eryityislainsäädäntö edellyttää varoitusmerkinnän tekemistä tiettyihin tuotteisiin, kuten esimerkiksi korvasieneen (Maa- ja metsätalousministeriön asetus eräitä elintarvikkeita koskevista vaatimuksista 264/2012, 5 §).

Valmistusta edellyttävien tuotteiden, esimerkiksi keittoainesten, pakkausmerkinnöissä on aina syytä olla käyttöohje (valmistusohje).

Käyttöohje tulee olla myös silloin, kun tuote on kuluttajalle entuudestaan tuntematon.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Vähittäismyyntipaikassa tulee pakkaamattomasta elintarvikkeesta antaa kuluttajalle käyttöohje tarvittaessa.

Käyttöohjeen merkitseminen

Käyttöohjeet on annettava sanoin ja numeroin. Kuvat ja symbolit yksin eivät riitä, vaan ne ovat ainoastaan lisäkeino tietojen esittämiseen.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.13 ja 7.1.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Säilytysohje tulee ilmoittaa, jos tuotteen säilytys edellyttää huoneenlämpötilasta poikkeavaa lämpötilaa tai muutoin erityisiä säilytysolosuhteita.
- ▶ Käyttöohje tulee antaa, jos elintarvikkeen tarkoituksenmukainen käyttö ilman sitä on vaikeaa.



Osa 8, Ravintoarvoilmoitus

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Mitä tietoja ravintoarvoilmoituksessa tulee olla?
- ▶ Mistä ravintoarvotiedot saadaan?

Ravintoarvoilmoitus pakatuissa elintarvikkeissa

Ravintoarvoilmoitus eli ravintoarvomerkintä tulee tehdä lähes kaikkiin pakattuihin elintarvikkeisiin.

Ravintoarvotiedot annetaan 100 grammaa tai 100 millilitraa myytävää elintarviketta kohti. Tarvittaessa tiedot voidaan antaa nautintavalmiista tuotteesta, jos samalla annetaan tarkat valmistusohjeet, esimerkiksi keittojauheet, joihin lisätään vettä.

Pakatusta elintarvikkeesta tiedot voidaan lisäksi antaa annosta tai kulutusyksikköä kohden, jos annoksen koko ja lukumäärä on ilmoitettu.

Ravintoarvoilmoitus tulee esittää yhtenä kokonaisuutena, samassa näkökentässä ja selkeässä muodossa.

Tutustu taulukkoon ravintoarvoilmoituksessa ilmoitettavasta energiasta ja ravintoaineista. Pakolliset ravintoaineet on merkitty *-merkillä.

Energia*	kJ/kcal
rasva*	g
josta	
- tyydyttynyttä*	g
- kertatyydyttymättömät rasvat	g
- monityyydyttymättömät rasvat	g
hiilihydraatit*	g
joista	
- sokereita*	g
- polyolit	g
- tärkkelys	g
ravintokuitu	g
proteiini*	g
suola*	g
vitamiinit ja kivennäisaineet	*1

*1 elintarviketietoasetuksen liitteessä XIII olevan A-osan 1 kohdassa annettuina yksikköinä

Energiasisältö

Elintarvikkeen sisältämä energia tulee ilmoittaa sekä kilojouleina (kJ) että kilokaloreina (kcal).

Energiasisältöön lasketaan mukaan kaikki elintarvikkeen sisältämät energiaa tuottavat ravintoaineet. Energiaa tuottavat ravintoaineet on lueteltu elintarviketietoasetuksen liitteessä XIV ja seuraavassa taulukossa.

Elintarvikkeen sisältämän energian määrä saadaan laskemalla taulukossa esitettyjen muuntokertoimien avulla.

Energiasisältöön laskettavat muuntokertoimet (Elintarviketietoasetuksen liite XIV):

hiilihydraatit (lukuun ottamatta polyoleja)	17 kJ/g – 4 kcal/g
polyolit	10 kJ/g – 2,4 kcal/g
proteiini	17 kJ/g – 4 kcal/g
rasva	37 kJ/g – 9 kcal/g
salatrimit	25 kJ/g – 6 kcal/g
alkoholi (etanoli)	29 kJ/g – 7 kcal/g
orgaaninen happo	13 kJ/g – 3 kcal/g
ravintokuitu	8 kJ/g – 2 kcal/g
erytritoli	0 kJ/g – 0 kcal/g

Opit lisää energiasisällön laskemisesta tämän oppaan Osassa 10, Esimerkkejä.

Suola

Suolapitoisuuteen lasketaan kuuluvaksi sekä elintarvikkeen luontainen että siihen lisätty suola.

Suolalla tarkoitetaan suolaekvivalenttipitoisuutta, joka lasketaan käyttämällä kaavaa:

suola = natrium x 2,5

Jos elintarvikkeen ”suolapitoisuus johtuu yksinomaan luontaisesti esiintyvistä natriumista”, se voidaan mainita lähellä ravintoarvoilmoitusta.

Tällaisia elintarvikkeita ovat esimerkiksi maito, liha, kala ja vihannekset, joihin ei ole lisätty suolaa.

Jos sen sijaan elintarvikkeeseen on lisätty suolaa tai suolaa sisältäviä ainesosia, kuten kinkkua, juustoa ja oliiveja, ei kyseistä mainintaa voi käyttää.

Vitamiinit ja kivennäisaineet

Vitamiinien ja kivennäisaineiden määrät voidaan ilmoittaa ravintoarvoilmoituksessa vain, jos niitä esiintyy elintarvikkeessa merkitsevä määrä.

Merkitsevä määrä:

- Kiinteät elintarvikkeet (per 100 g) ja yhden annoksen pakkaukset: vähintään 15 % päivittäisen saannin vertailuarvoista
- Juomat (per 100 ml): vähintään 7,5 % päivittäisen saannin vertailuarvosta

Päivittäisen saannin vertailuarvot

Vitamiinien ja kivennäisaineiden määrien lisäksi on ilmoitettava niiden prosenttiosuudet päivittäisen saannin vertailuarvoista.

Päivittäisen saannin vertailuarvot (Elintarviketietoasetuksen liite XIII):

Vitamiinit	Päivittäisen saannin vertailuarvo	Kivennäisaine	Päivittäisen saannin vertailuarvo
A-vitamiini (µg)	800	Kalium (mg)	2 000
D-vitamiini (µg)	5	Kloridi (mg)	800
E-vitamiini (mg)	12	Kalsium (mg)	800
K-vitamiini (µg)	75	Fosfori (mg)	700
C-vitamiini (mg)	80	Magnesium (mg)	375
Tiamiini (mg)	1,1	Rauta (mg)	14
Riboflaviini (mg)	1,4	Sinkki (mg)	10
Niasiini (mg)	16	Kupari (mg)	1
B6-vitamiini (mg)	1,4	Mangaani (mg)	2

Vitamiinit	Päivittäisen saannin vertailuarvo	Kivennäisaine	Päivittäisen saannin vertailuarvo
Foolihappo (µg)	200	Fluoridi (mg)	3,5
B12-vitamiini (µg)	2,5	Seleeni (µg)	55
Biotiini (µg)	50	Kromi (µg)	40
Pantoteeni-happo (mg)	6	Molybdeeni (µg)	50
		Jodi (µg)	150

Esimerkiksi 15 % A-vitamiinin päivittäisen saannin vertailuarvosta lasketaan seuraavasti:
 $800 \mu\text{g} \times 15 / 100 = 120 \mu\text{g}$

Vitamiinien ja kivennäisaineiden määrät tulee ilmoittaa sen suuruusina kuin ne ovat viimeisenä käyttöajankohtana tai parasta ennen -päivänä.

Esimerkiksi 15 % A-vitamiinin päivittäisen saannin vertailuarvosta lasketaan seuraavasti:
 $800 \mu\text{g} \times 15 / 100 = 120 \mu\text{g}$

Vitamiinien ja kivennäisaineiden määrät tulee ilmoittaa sen suuruusina kuin ne ovat viimeisenä käyttöajankohtana tai parasta ennen -päivänä.

Seuraavaksi näet esimerkin ravintoarvomerkinnoistä tuotteessa, johon on lisätty vitamiineja ja kivennäisaineita:

Ravintosisältö	100 g
Energia	1 450 kJ / 340 kcal
Rasva	16 g
- josta tyydyttyneitä rasvahappoja	7,3 g
Hiilihydraatit	45 g
- josta sokereita	23 g
Proteiini	4,0 g
Suola	1,1 g
C-vitamiini	40 mg (50 %)*
Kalsium	120 mg (15 %)*

*päivittäisen saannin vertailuarvosta

Mistä ravintoarvotiedot saa?

Ravintoarvotiedot ovat keskiarvoja, jotka perustuvat

- valmistajan tekemään analyysiin tai
- käytettyjen ainesosien tunnettuihin tai todellisiin keskiarvolukuihin perustuviin laskelmiin tai
- yleisesti tunnettuun ja hyväksytyyn tietoon perustuviin laskelmiin.

Hyvä tietolähde on esimerkiksi Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ylläpitämä elintarvikkeiden kansallinen koostumustietopankki Fineli. Tietopankkiin on koottu tietoa suomalaisten ja Suomessa käytettävien elintarvikkeiden keskimääräisestä ravintoainekoostumuksesta.

Opit lisää ravintoarvotietojen laskemisesta tämän oppaan Osassa 10, Esimerkkejä.

Poikkeuksia ja erityissäännöksiä

Ravintoarvotietoja ei tarvitse antaa seuraavista pakatuista elintarvikkeista.

1. Elintarvikkeet, joihin ei sovelleta ravintoarvomerkitöjä koskevia vaatimuksia
 - Ravintolisät (esimerkiksi D-vitamiinitabletit)
 - Luontaiset kivennäisvedet ja lähdevedet
2. Elintarvikkeet, jotka on vapautettu ravintoarvoilmoituksesta (Elintarviketietoasetus, Liite V)
 - Jalostamattomat tuotteet, jotka koostuvat yhdestä ainesosasta tai ainesosien ryhmästä, esimerkiksi jauhot tai fileoitu tuore kala
 - Jalostetut tuotteet, jotka on jalostettu ainoastaan kypsyttämällä ja jotka koostuvat yhdestä ainesosasta tai ainesosien ryhmästä, esimerkiksi hapankaali
 - Juomavedet, myös sellaiset, joihin on lisätty vain hiilidioksidia ja/tai aromeja
 - Yrtit, mausteet ja niiden sekoitukset
 - Suola ja ruokasuolavalmisteet
 - Pöytämakeuttajat
 - Kokonaiset kahvipavut, jauhettu kahvi, tee sekä vastaavat yrtti- ja hedelmäutejuomat
 - Käymisen avulla valmistetut etikat ja etikankorvikkeet
 - Aromit, elintarvikelisiäaineet, valmistuksen apuaineet ja elintarvike-entsyymit
 - Liivate
 - Hillon hyytelöimiseen käytettävät aineet, muut kuin lisäaineet

- Hiiva
- Purukumit
- Elintarvikkeet, joiden pakkauksen suurimman pinnan pinta-ala on pienempi kuin 25 cm²
- Elintarvikkeet sisältäen käsityönä valmistetut elintarvikkeet, joita pieniä tuotemääriä tuottava valmistaja toimittaa suoraan loppukuluttajalle tai vaihtoehtoisesti paikallisille vähittäisliikkeille, jotka toimittavat tuotteet suoraan loppukuluttajalle

Pakkaamattomien elintarvikkeiden ravintoarvotiedot

Pakkaamattomien elintarvikkeiden ravintoarvotiedoista tulee vähittäismyyntipaikassa antaa

- rasvan ja suolan määrä juustoista, makkaroista ja lihaleikkeleistä
- suolan määrä ruokaleivistä.

Näitä tietoja ei kuitenkaan tarvitse ilmoittaa elintarvikkeista, joita pieniä tuotemääriä valmistava toimija toimittaa suoraan loppukuluttajille tai paikallisille vähittäisliikkeille.

Tarjoilupaikassa ravintoarvotietoja ei ole pakollista ilmoittaa.

Voimakassuolainen-merkintä

Elintarvikkeen pakkaukseen on tehtävä merkintä ”voimakassuolainen” tai ”sisältää paljon suolaa”, jos sen suolapitoisuus ylittää Maa- ja metsätalousministeriön asetuksessa 1010/2014 ilmoitetut rajat.

Katso taulukosta elintarvikkeiden voimakassuolaisuuden rajat.

Elintarvike	Suolapitoisuus (paino-%) yli
Juustot	1,4
Makkarat	2,0
Muut leikkeleenä käytettävät lihavalmisteet	2,2
Kalavalmisteet	2,0
Ruokaleivät	1,1
Näkkileivät ja hapankorput	1,4
Aamiaisviljavalmisteet	1,4
Valmisruoat ja nautintavalmiin aterian komponentit	1,2
Napostelutuotteet (joihin lisätty suolaa)	1,4

Voimakassuolaisuuden ilmoittaminen

Tieto voimakassuolaisuudesta on esitettävä ravintoarvomerkin­nän läheisyydessä. Jos ravintoarvomer­kintää ei ole, tieto on esitettävä pakkausmerkinnöissä muulla helposti havaittavalla ja selkeällä tavalla.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Vähittäismyyntipaikassa tieto elintarvikkeen voimakassuolaisuudesta on ilmoitettava kuluttajalle kirjallisesti. Tietoa ei tarvitse ilmoittaa, kun on kyse pienen elintarvikealan toimijan tuotteista.

Tarjoilupaikassa elintarvikkeen voimakassuolaisuudesta ei tarvitse ilmoittaa.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 6.17 ja 7.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät

Yhteenveto

- ▶ Ilmoita ravintoarvotiedot 100 grammaa tai 100 millilitraa myytävää elintarviketta kohden.
- ▶ Pakattuja elintarvikkeita koskeva ravintoarvomer­kintävaatimus on laajempi kuin pakkaamattomilla elintarvikkeilla.
- ▶ Suolapitoisuuteen lasketaan mukaan sekä elintarvikkeen luontainen että siihen lisätty suola. Muista myös tarvittaessa kertoa tuotteen voimakassuolaisuudesta.
- ▶ Jos ilmoitat vitamiineja tai kivennäisaineita, varmista, että määrät ovat merkitseviä.
- ▶ Ravintoarvotiedot ovat keskiarvoja ja ne voivat perustua analyysiin tai laskelmiin.



Osa 9, Muut pakolliset tiedot

Oppaan tässä osassa opit:

- ▶ Millä tarkkuudella toimijan yhteystiedot tulee merkitä pakkaukseen?
- ▶ Miten sisällön määrä ilmoitetaan?
- ▶ Mikä elintarvike-erän tunnuksen tarkoitus on ja miten se merkitään pakkaukseen?
- ▶ Milloin elintarvikkeen pakkaukseen on tehtävä tunnistusmerkintä?
- ▶ Milloin tuotteen alkoholipitoisuus tulee ilmoittaa?
- ▶ Mille elintarvikkeille on olemassa erillisiä tuotekohtaisia vaatimuksia?
- ▶ Millaisia erityismerkintävaatimuksia on pakastetuille ja jäädytetyille elintarvikkeille?
- ▶ Miten merkitset muuntogeeniset tai ionisoivalla säteilyllä käsitellyt elintarvikkeet?

Vastuussa olevan elintarvikealan toimijan nimi ja osoite

Elintarvikepakkaukseen on merkittävä elintarviketiedoista vastuussa olevan **elintarvikealan toimijan nimi, toiminimi tai aputoiminimi**

- Valmistaja, valmistuttaja, pakkaaja tai Euroopan unionissa toimiva myyjä
- Tuoreiden, kokonaisten kasvien (vihannekset, hedelmät ja marjat) pakkauksissa on oltava pakkaajan nimi

ja osoite

- Katuosoite, postilokero tai muu osoite sillä tarkkuudella, että yritykselle tuleva posti löytää perille
- Pelkkä www-osoite ei riitä
- Ei tarvitse olla sekä suomen- että ruotsinkielisenä

Jos pakkauksessa ilmoitetusta toimijan nimestä tai muuten pakkauksesta saa harhaanjohtavan käsityksen toimijan roolista, on Ruokaviraston suositusten mukaan nimeä syytä täydentää esimerkiksi maininnalla "valmistuttaja", "pakkaaja" tai "markkinoija".

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Vastuussa olevan toimijan nimi- ja osoitetietoja ei tarvitse ilmoittaa vähittäismyyntipaikassa tai tarjoilupaikassa myytävistä pakkaamattomista elintarvikkeista.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.8.

Sisällön määrä

Sisällön määrällä tarkoitetaan pakkauksessa olevan elintarvikkeen määrää pakkaushetkellä.

Pakkausmateriaalin painoa ei saa sisällyttää ilmoitettuun sisällön määrään.

Määrä voidaan ilmaista seuraavissa yksiköissä:

Painoyksiköt	Tilavuusyksiköt (nestemäiset tuotteet)
milligramma (mg)	millilitra (ml)
gramma (g)	desilitra (dl)
kilogramma (kg)	litra (l)

Torikaupassa tai vastaavassa kaupassa kiinteitä tuotteita voidaan myydä myös tilavuuden perusteella, esimerkiksi mansikoita litrahintaan.

Erityistapauksia

Joissain erityistapauksissa sisällön määrän ilmoittamisessa on poikkeuksia.

Esimerkiksi:

Suola-, mauste-, sokeri- tai muussa vastaavassa liemessä myytävät kiinteät elintarvikkeet

Jos kiinteää elintarviketta pidetään kaupan astiassa olevassa liemessä, on ilmoitettava sekä elintarvikkeen kokonaispaino että kiinteän elintarvikkeen paino.

Esimerkiksi ”punajuuria etikalliemessä 380 g, josta punajuuria 290 g”.

Luokitellut A-luokan kananmunat

Pakkauksessa on ilmoitettava painoluokitus, johon sisältyy painoluokan vaihteluväli grammoina.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Elintarvikkeen sisällön painoa ei tarvitse ilmoittaa vähittäismyyntipaikassa tai tarjoilupaikassa myytävistä pakkaamattomista elintarvikkeista.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.6.

Elintarvike-erän tunnus

Elintarvike-erän tunnuksen tarkoituksena on yksilöidä samaan erään kuuluvat elintarvikkeet.

Elintarvike-erä on tuotettu, valmistettu tai pakattu käytännöllisesti katsoen samaan aikaan ja samalla tavalla.

Erä on yleensä korkeintaan yhden päivän tuotannon suuruinen.

Elintarvike-erän tunnuksen tulee selvästi erottua muista pakkausmerkinnöistä. Tunnuksen eteen on liitettävä kirjain ”L” (Lot = erä), jollei tunnus muutoin erotu selvästi muista pakkausmerkinnöistä. Esimerkiksi L125.

Erityisesti silloin, kun pakkauksessa on useita numero- tai kirjainsarjoja, on tunnuksen yksilöinti L-kirjaimella tarpeen.

Erätunnus voidaan korvata elintarvikkeen säilyvyysaikaan (parasta ennen / viimeinen käyttöajankohta / viimeinen käyttöpäivä) liittyvällä merkinnällä edellyttäen, että ilmoitetaan ainakin päivä ja kuukausi tässä järjestyksessä.

Erätunnus on tärkeä tieto silloin, jos joudut vetämään tuotteesi pois markkinoilta.

Tuote tulee poistaa markkinoilta, jos havaitaan, että elintarvike ei ole elintarvikkeen turvallisuutta koskevien vaatimusten mukainen, esimerkiksi allergeenit on jätetty ilmoittamatta. Jos tiedät, että virhe koskee ainoastaan tiettyä elintarvike-erää, markkinoilta poistettavien tuotteiden määrä ja samalla sinulle aiheutuneet kustannukset pienenevät.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Yleensä pakkaamattoman tuotteen erätunnusta ei tarvitse ilmoittaa kuluttajalle. Toimijalta toiselle toimitettaessa on elintarvike-erän tunnus merkittävä kuljetuspakkaukseen, -astiaan tai -laatikkoon tai, jos tällaista ei ole, asiaankuuluviin kaupallisiin asiakirjoihin. Esimerkiksi jos suurtalous toimittaa toiselle suurtaloudelle elintarvikkeita, erätunnus on merkittävä.

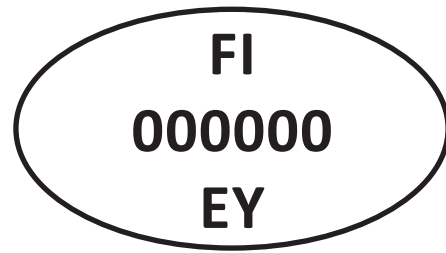
Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.11.

Tunnistusmerkintä

Eläinperäisen elintarvikkeen pakkaukseen on tehtävä tunnustusmerkintä, ennen kuin tuote lähtee tuotantolaitoksesta eteenpäin. Eläinperäiset elintarvikkeet ovat elintarvikkeita, joiden valmistusaineet ovat yksinomaan eläinperäisiä tai joissa kasviperäinen aines on yhdistetty prosessoimattoman eläinperäisen aineksen kanssa.

Soikeassa tunnustusmerkinnässä on oltava laitoksen sijaintimaan nimi, laitoksen hyväksymisnumero ja jos laitos sijaitsee Euroopan yhteisössä, yhteisön lyhenne. Laitoksen sijaintimaa voidaan kirjoittaa kokonaan tai kaksikirjaimisella lyhenteellä.

Esimerkki tunnustusmerkistä:



Kananmunien osalta noudatetaan alkuperäkoodimerkintää.

Tästä löydät lisätietoa Ruokaviraston internetsivuilta (Ruokaviraston ohje 16034. Kananmunien ja muiden linnunmunien tuotanto ja myynti).

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Tunnustusmerkintää ei tarvitse ilmoittaa vähittäismyynnissä tai tarjoilupaikassa myytävistä pakkaamattomista elintarvikkeista.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.9.

Alkoholipitoisuus

Juoman alkoholipitoisuus tulee merkitä pakkaukseen tilavuusprosentteina (til-%), jos se ylittää 1,2 til-%.

Ruokavirasto suosittelee, että alkoholipitoisuus ilmoitettaisiin pakkausmerkinnöissä, jos sen pitoisuus kiinteässä elintarvikkeessa on yli 1,8 painoprosenttia.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Alkoholipitoisuutta ei tarvitse ilmoittaa vähittäismyyntipaikassa tai tarjoilupaikassa myytävistä pakkaamattomista elintarvikkeista.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 6.14.

Tuotekohtaiset vaatimukset tietyille elintarvikeryhmille

Lainsäädännössä on annettu tuotekohtaisia erityisvaatimuksia tietyille elintarvikeryhmille, kuten tuoreille kasviksille, kalastus- ja vesiviljelytuotteille, naudanlihalle, munille, hunajalle, raakamaidolle ja suklaalle.

Lisätietoja löydät Elintarviketieto-oppaan osioista 2 ja 11.

Pakastettujen ja jäädytettyjen elintarvikkeiden erityismerkinnät

Pakastaminen on yksi jäädyttämisen muoto. Siitä säädetään maa- ja metsätalousministeriön asetuksessa 818/2012.

Kuluttajalle tai suurtaloudelle sellaisenaan myytäväksi tai muuten luovutettavaksi tarkoitetun pakasteen pakkauksessa on oltava yleisten pakkausmerkintöjen lisäksi seuraavat merkinnät

- Sana ”pakastettu” tai ”pakaste”
- Vähimmäissäilyvyysaikaa koskeva merkintä, parasta ennen
- Aika, jonka ostaja voi pakastetta säilyttää
- Säilytysohje, josta ilmenee säilytyslämpötila
- Merkintä ”ei saa jäädyttää uudelleen sulatuksen jälkeen”

Esimerkki pakasteen säilytysohjeesta:

Leivitetty seitifilee, pakaste

Säilytys: -18 °C tai kylmemmässä.
Sulanutta tuotetta ei saa jäädyttää uudelleen.

Tuote säilyy:

- Pakastelämpötilassa (-18 °C), katso päiväysmerkintä*
- Jääkaapin pakastelämpötilassa (-5 °C) 4 vrk
- Jääkaapissa (+5 °C) 2 vrk
- Huoneenlämmössä (+20 °C) 2 tuntia

* Parasta ennen 12/2019 loppua

Pakastetun lihan, raakalihavalmisteen ja jalostamattoman kalastustuotteen pakkausmerkinnöissä tulee ilmoittaa pakastuspäivä tai ensimmäisen pakastuksen päivä, jos tuote on pakastettu useamman kuin yhden kerran.

Ajankohdassa ilmoitetaan päivä, kuukausi ja vuosi tässä järjestyksessä, esimerkiksi ”pakastettu 15/10/2019” tai ”pakastettu 15.10.2019”.

Huomioithan, että pakasteasetus ei koske jäätelöä, mehujäätä tai muita elintarvikkeitä.

Voinko myydä pakastetun tuotteen sulatettuna?

Pakastettuna varastoituja elintarvikkeita voi myydä kuluttajalle tai suurtaloudelle osittain tai kokonaan sulaneena, jos pakkausmerkinnöissä tai esitteessä selvästi ilmoitetaan, että tuote on varastoitu pakastettuna ja ettei sitä saa jäädyttää uudelleen sulatuksen jälkeen.

Lisäksi tulee kertoa elintarvikkeen nimen yhteydessä, että tuote on ”sulatettu” tai muu vastaava ilmaisu.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 9.1.

Muuntogeenisten elintarvikkeiden merkinnät

Elintarvikkeen valmistuksessa saa käyttää vain EU:ssa hyväksytyjä muuntogeenisiä aineksia. Muuntogeeninen tarkoittaa eliötä, esimerkiksi kasvia tai bakteeria, jonka perimää on muunnettu geeniteknisin menetelmin. Muuntogeenisen aineksen käytöstä on ilmoitettava tuotteen ainesosaluettelossa.

Jos ainesosaluetteloa ei ole, merkintä muuntogeenisyydestä tulee tehdä muulla selkeällä tavalla.

Esimerkkejä merkintätavoista:
... soija (muuntogeeninen)..
... muuntogeeninen maissi..
... valmistettu muuntogeenisestä soijasta...

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 9.2.

Ionisoivalla säteilyllä käsittelystä ilmoittaminen

Suomessa saa myydä säteilytettynä ainoastaan kuivattuja mausteyrtejä, mausteita ja maustekasveja.

Jos säteilytetty elintarvike myydään sellaisenaan pakattuna, pakkauksessa on oltava merkintä ”säteilytetty” tai ”käsitelty ionisoivalla säteilyllä”.

Jos säteilytettyä elintarviketta käytetään ainesosana jossakin toisessa elintarvikkeessa, on pakkauksen ainesosaluettelossa säteilytetyn ainesosan nimen yhteydessä oltava merkintä ”säteilytetty” tai ”käsitelty ionisoivalla säteilyllä”.

Merkintä vaaditaan myös sellaisesta säteilytetystä ainesosasta, jonka osuus on vähemmän kuin 2 % lopullisesta elintarvikkeesta.

Elintarvike on säteilytettävä hyväksytyssä laitoksessa.

Pakkaamattomat elintarvikkeet

Pakkaamattomana myytävässä elintarvikkeessa säteilytyksestä kertovan merkinnän on oltava nimen yhteydessä, elintarvikkeen välittömässä läheisyydessä olevassa esitteessä tai myyntiastiasa.

Lisätietoa löydät Elintarviketieto-oppaan osiosta 9.4.

Voit harjoitella oppimaasi tämän oppaan Osassa 11, Kertaustehtävät.

Yhteenveto

- ▶ Ilmoita yhteystiedot pakkauksessa siten, että yritykselle tuleva posti löytää perille.
- ▶ Käytä sisällön määrän ilmoittamisessa painoyksiköitä (mg, g, kg) tai nestemäisten tuotteiden osalta tilavuusyksiköitä (ml, dl, l).
- ▶ Elintarvike-erän tunnus yksilöi samaan erään kuuluvat elintarvikkeet. Tieto auttaa esimerkiksi tuotteiden takaisinvetotilanteessa.
- ▶ Jos myyt eläinperäisiä elintarvikkeita, merkitse pakkaukseen soikea tunnistusmerkintä.
- ▶ Ilmoita elintarvikkeen alkoholipitoisuus, jos se on juomassa yli 1,2 til-%
- ▶ Muista ilmoittaa, jos käytät muuntogeenisiä ainesosia tai jos elintarvike on säteilytetty.
- ▶ Huomioi mahdolliset tuotekohtaiset lainsäädännöt.



Osa 10, Esimerkkejä

Oppaan tässä osassa pääset tarkastelemaan joidenkin esimerkkituotteiden pakollisia merkintöjä. Näet myös esimerkkejä reseptilaskennasta.

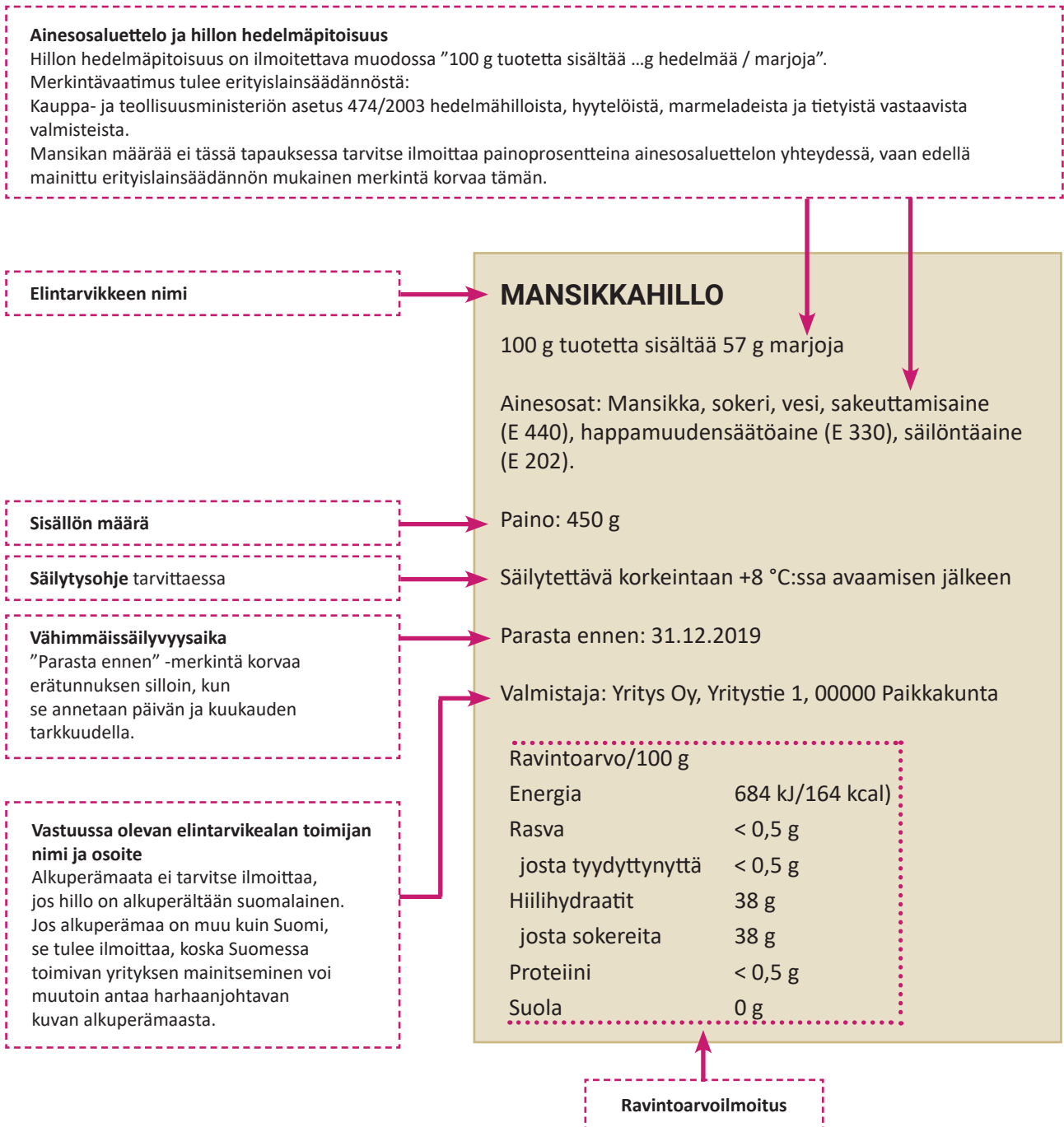
Esimerkki 1: Pakkausmerkinnät pähkinä-vehnäleivälle

Ensimmäisessä esimerkissä näet pähkinä-vehnäleivän pakolliset pakkausmerkinnät. Huomaathan, että samat pakolliset merkinnät vaaditaan myös ruotsiksi, ellei pähkinä-vehnäleipää myydä ainoastaan yksikielisissä suomenkielisissä kunnissa.

Ainesosaluettelo	Elintarvikkeen nimi	Sisällön määrä														
<p>Allergia aiheuttavat ainesosat (vehnäjauho ja cashewpähkinä) korostettuna ja nimessä korostetun ainesosan määrä (cashewpähkinä (15 paino-%). Vehnän tai vehnäjauhon korostaminen ainesosaluettelossa ei ole pakollista, koska vehnä mainitaan elintarvikkeen nimessä. Korostusmerkinnän voi tehdä kuitenkin vapaaehtoisesti.</p>	<p>PÄHKINÄ-VEHNÄLEIPÄ, viipaloitu 300 g</p> <p>Ainekset: Vehnäjauho, vesi, cashewpähkinä (15 paino-%), hiiva, jodioitu suola, säilöntäaine (E280)</p> <p>Parasta ennen: 9.10.2019</p> <p>Valmistaja: Yritys Oy, Yritystie 1, 00000 Paikkakunta</p>	<p>Ravintoarvo/100 g</p> <table border="1"> <tr> <td>Energia</td> <td>1123 kJ/268 kcal</td> </tr> <tr> <td>Rasva</td> <td>7,6 g</td> </tr> <tr> <td> josta tyydyttyntä</td> <td>1,3 g</td> </tr> <tr> <td>Hiilihydraatit</td> <td>39 g</td> </tr> <tr> <td> josta sokereita</td> <td>0,9 g</td> </tr> <tr> <td>Proteiini</td> <td>9,2 g</td> </tr> <tr> <td>Suola</td> <td>1,5 g</td> </tr> </table> <p>Voimakassuolainen</p>	Energia	1123 kJ/268 kcal	Rasva	7,6 g	josta tyydyttyntä	1,3 g	Hiilihydraatit	39 g	josta sokereita	0,9 g	Proteiini	9,2 g	Suola	1,5 g
Energia	1123 kJ/268 kcal															
Rasva	7,6 g															
josta tyydyttyntä	1,3 g															
Hiilihydraatit	39 g															
josta sokereita	0,9 g															
Proteiini	9,2 g															
Suola	1,5 g															
<p>Vähimmäissäilyvyysaika "Parasta ennen" -merkintä korvaa erätunnuksen silloin, kun se annetaan päivän ja kuukauden tarkkuudella. Näin ollen eränumero ei ole pakollinen merkintä pähkinä-vehnäleivän pakkauksessa.</p> <p>Vastuussa olevan elintarvikealan toimijan nimi ja osoite Alkuperämaata ei tarvitse ilmoittaa, jos leipä on alkuperältään suomalainen. Jos alkuperämaa on muu kuin Suomi, se tulee ilmoittaa, koska Suomessa toimivan yrityksen mainitseminen voi muutoin antaa harhaanjohtavan kuvan alkuperämaasta.</p>	<p>Voimakassuolaisuuden merkintä</p>	<p>Ravintoarvoilmoitus</p>														

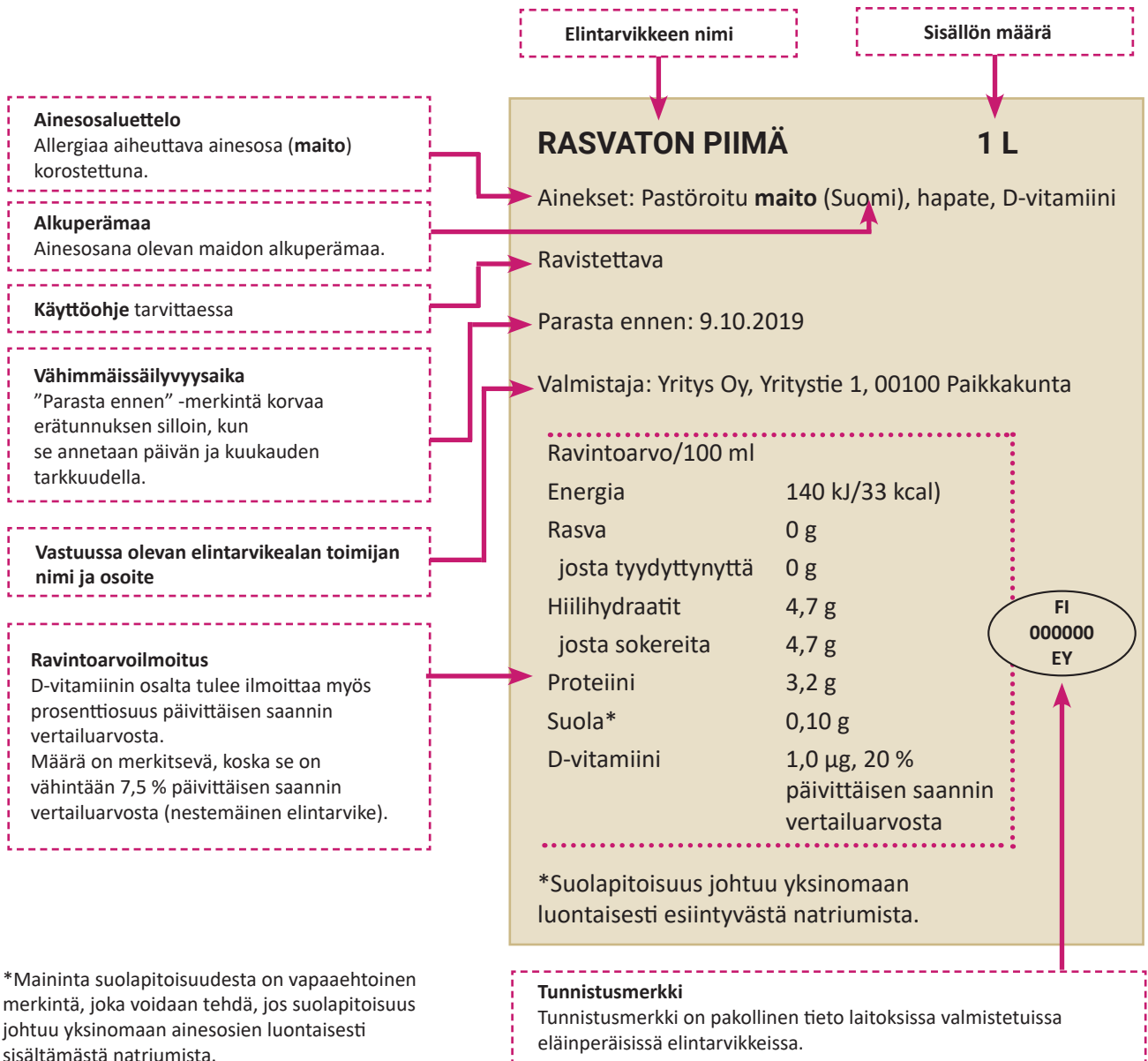
Esimerkki 2: Pakkausmerkinnät mansikkahillolle

Seuraavaksi näet mansikkahillon pakolliset pakkausmerkinnät. Huomaathan, että samat pakolliset merkinnät vaaditaan myös ruotsiksi, ellei mansikkahilloa myydä ainoastaan yksikielisissä suomenkielisissä kunnissa.



Esimerkki 3: Pakkausmerkinnät rasvattomalle piimälle

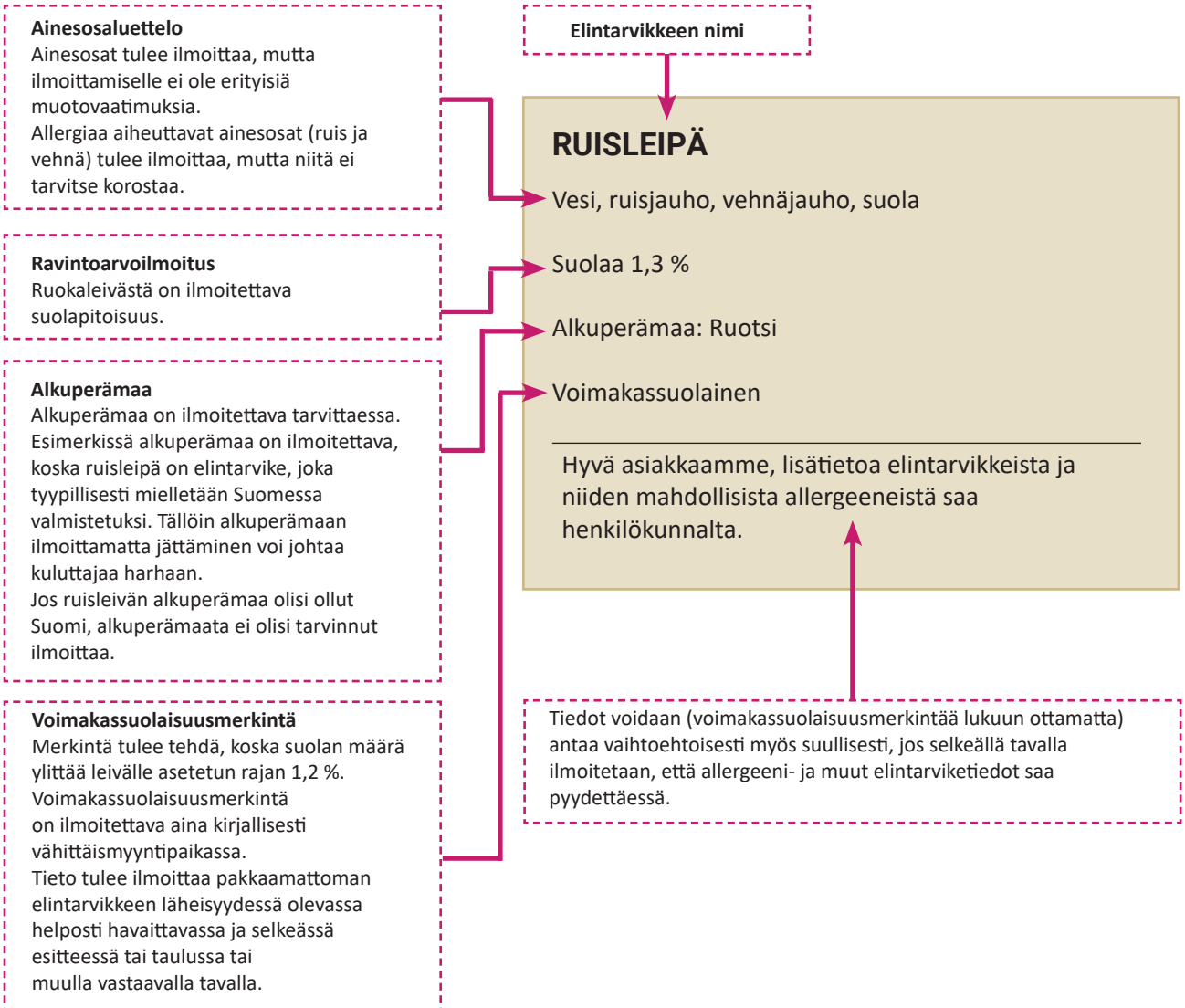
Tässä esimerkissä näet rasvattoman piimän pakolliset pakkausmerkinnät. Huomaathan, että samat pakolliset merkinnät vaaditaan myös ruotsiksi, ellei piimää myydä ainoastaan yksikielisissä suomenkielisissä kunnissa.



*Maininta suolapitoisuudesta on vapaaehtoinen merkintä, joka voidaan tehdä, jos suolapitoisuus johtuu yksinomaan ainesosien luontaisesti sisältämästä natriumista.

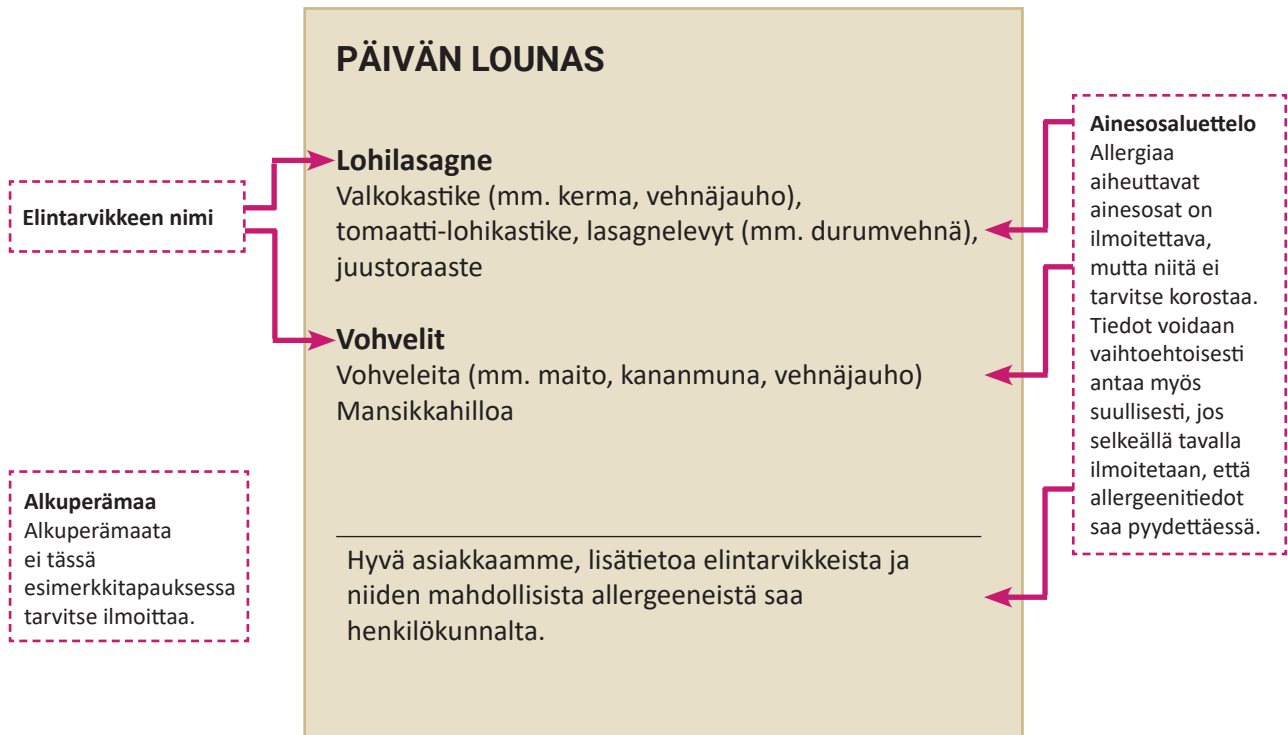
Esimerkki 4: Pakkaamattoman ruisleivän tiedot vähittäismyynnissä

Tässä esimerkissä näet, mitkä tiedot ovat pakollisia pakkaamattomasta ruisleivästä vähittäismyynnissä.



Esimerkki 5: Lounaslistan tiedot tarjoilupaikassa

Tässä esimerkissä näet, mitkä tiedot ovat pakollisia pakkaamattomista elintarvikkeista tarjoilupaikassa.



Esimerkki 6: Reseptilaskenta pähkinä-vehnäleivälle

Tässä esimerkissä opit laatimaan pakolliset merkinnät pähkinä-vehnäleivälle reseptin pohjalta.

Pähkinä-vehnäleivän resepti

Määrä	Ainesosa
1 400 g	vehnäjauhoja
1 100 g	vettä
400 g	cashewpähkinöitä
55 g	hiivaa
40 g	jodioitua suolaa
5 g	propionihappoa (E 280)

paistohävikki 10 %

Paino ja hävikki

Punnitse tuote raakana ja kypsänä tai laske valmiin tuotteen paino paistohävikki huomioiden:

Raakapaino

Tuotteen raakapaino = taikinan paino

Vehnä-pähkinäleivän raakapaino:

$$1\,400\text{ g} + 1\,100\text{ g} + 400\text{ g} + 55\text{ g} + 40\text{ g} + 5\text{ g} = 3\,000\text{ g}$$

Paino kypsänä

Tuotteen paino kypsänä

$$= \text{tuotteen raakapaino} - (\text{tuotteen raakapaino} \times \text{paistohävikkiprosentti} / 100)$$

Vehnä-pähkinäleivän paino kypsänä:

$$3\,000\text{ g} - 300\text{ g} (= 3\,000\text{ g} \times 10\% / 100) = 2\,700\text{ g}$$

Hävikki

Hävikillä tarkoitetaan muutosta, joka tapahtuu elintarvikkeen kypsennyksessä sen painossa.

Käytännössä kyse on veden haihtumisesta. Täysjyvävehnäleipä-esimerkissä tiedetään, että hävikin määrä on 10 %. Jos hävikin määrä ei ole tiedossa, saat tiedon esimerkiksi punnitsemalla tuotteen sekä raakana että kypsänä ja laskemalla niiden erotuksen.

$$\text{Hävikki} = \text{tuotteen raakapaino} - \text{tuotteen paino kypsänä}$$

Hävikkiprosentti

$$= (\text{hävikki} \times 100) / \text{tuotteen raakapaino} \%$$

Ainesosien järjestys

Merkitse ainesosat pakkaukseen reseptissä olevan painon mukaan alenevassa järjestyksessä. Ilmoita lisätty vesi kuitenkin sen mukaan, paljonko sitä on valmiissa tuotteessa. Veden määrään valmiissa tuotteessa vaikuttaa paistohävikki.

Veden määrä valmiissa tuotteessa

= (ainesosina olevan veden määrä yhteensä) – (tuotteen raakapaino – tuotteen paino kypsänä)

Veden määrä valmiissa pähkinä-vehnäleivässä:

$1\ 100\text{ g} - 300\text{ g} (= 3\ 000\text{ g} - 2\ 700\text{ g}) = 800\text{ g}$

Ainesosien järjestys leivän pakkaukseen merkittävässä ainesosaluettelossa on näin ollen seuraavanlainen:

1. vehnä jauho (1 400 g)
2. vesi (800 g)
3. cashewpähkinä (400 g)
4. hiiva (55 g)
5. jodioitu suola (40 g)
6. propionihappo (E 280) (5 g)

Ainesosan korostaminen

Jos ainesosaa korostetaan esimerkiksi elintarvikkeen nimessä, ja sillä on oletettavasti merkitystä kuluttajan valintapäätökseen, ainesosan määrä (%-osuutena koko tuotteesta) tulee ilmoittaa. Ilmoita siis pähkinä-vehnäleivässä pähkinöiden osuus.

Vehnän osuutta ei tarvitse ilmoittaa, vaikka vehnä mainitaankin leivän nimessä, sillä vehnän määrällä ei oletettavasti ole merkitystä kuluttajan valintaan.

Tietyn ainesosan määrän (%-osuutena) koko tuotteesta lasket seuraavasti:

$(\text{ainesosan määrä} / \text{tuotteen paino kypsänä}) \times 100\%$

Cashewpähkinän osuus pähkinä-vehnäleivästä:

$(400\text{ g} / 2\ 700\text{ g}) \times 100\% = 14,8\% \approx 15\%$.

Allergeenit

Merkitse allergiaa tai intoleransseja aiheuttavat aineet ja tuotteet ainesosaluetteluun korostettuna.

Pähkinä-vehnäleivässä pähkinä ja vehnä ovat allergiaa aiheuttavia ainesosia.

Pähkinä-vehnäleivässä vehnä -sana tulee kuitenkin ilmi jo elintarvikkeen nimestä, joten sen korostaminen ainesosaluettelossa ei ole pakollista. Korostusmerkinnän voit kuitenkin tehdä vapaaehtoisesti.

Myös pähkinä-sana tulee ilmi elintarvikkeen nimestä.

Koska pähkinöitä on kuitenkin erilaisia, ja kuluttaja voi olla allerginen vain tietyille pähkinälajille, cashewpähkinä tulee korostaa ainesosaluettelossa.

Lisäaineet

Varmista aluksi, saako reseptissä mainittua lisäainetta ylipäätään käyttää leivän valmistuksessa. Varmista myös, onko lisäaineen käytölle asetettu enimmäismääriä.

Löydät tiedot elintarvikelisäaineista annetun asetuksen (EY) N:o 1333/2008 liitteen II E-osan elintarvikeryhmän ”07.1 Leipä ja sämpylät” kohdalta tai EU-komission englanninkielisestä internetsovelluksesta: (Categories → Bakery wares (7) → Bread and rolls (7.1)).

Löydät elintarvikelisäaineista annetun asetuksen sekä EU-komission sovelluksen internetsivuillemme kootuista linkeistä.

Vehnäleivän reseptissä on käytetty propionihappoa (E 280).

Lisäainelainsäädännön perusteella propionihappoa saa käyttää pakattuun, viipaloituun leipään enimmillään 3 000 mg/kg. Reseptissä propionihapon määräksi on ilmoitettu 5 g.

Propionihapon määrän valmiissa tuotteessa mg/kg lasket seuraavasti:

Yksiköt voit halutessasi muuttaa heti aluksi yhtenevään muotoon mg/kg

(Pähkinä-vehnäleivässä propionihappoa 5 g = 5 000 mg ja valmiin leivän paino 2 700 g = 2,7 kg).

Lisäaineen määrän lopullisessa tuotteessa mg/kg saat jakamalla lisäaineen määrän valmiin tuotteen painolla.

Propionihapon määrä pähkinä-vehnäleivässä:

$5\ 000\ \text{mg} / 2,7\ \text{kg} = 1\ 850\ \text{mg/kg}$

Näin ollen propionihapon määrä ei ylitä lisäaineelle asetettua enimmäismäärää.

Tämän osalta kaikki on siis kunnossa. Lisäaine tulee ilmoittaa ainesosaluettelossa käyttötarkoitusta osoittavalla ryhmänimellä, jota täydennetään lisäaineen omalla nimellä tai numerotunnuksella.

Propionihappoa käytetään säilöntäaineena. Ainesosaluettelossa voit ilmoittaa sen joko ”säilöntäaine (E 280)” tai ”säilöntäaine (propionihappo)”.

Lopullinen ainesosaluettelo

Ainesosat: **Vehnäjauho**, vesi, **cashewpähkinä** (15 paino-%), hiiva, jodioitu suola, säilöntäaine (E 280).

Ravintoarvotietojen laskeminen

Ravintoarvoilmoituksessa esitettävät tiedot voivat perustua analyysiin tai laskelmiin. Elintarvikkeen ravintoaineiden määrät voidaan laskea usealla eri tavalla.

Tässä esimerkissä on käytetty Fineli-koostumustietokannasta eri ainesosille saatavia keskiarvolukuja (www.fineli.fi).

Energian ja ravintoaineiden määrät 100 grammassa pähkinä-vehnäleivän ainesosia (Finelin tietokanta)*

Ainesosa	Energia		Rasva	Tyydyttyneet rasvahapot	Hiilihydraatit	Sokerit	Proteiini	Suola
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg
Vehnäjauho	1 467	350	1,4	0,2	70	0,4	11,5	2,5
Vesi	-	-	-	-	-	-	-	2,5
Cashewpähkinä	2 403	574	46,4	7,8	18,8	4,6	20	25,5
Hiiva	312	74	0,4	-	1,1	-	13,1	11,2
Jodioitu suola	11	3	-	-	-	-	0,6	98 607,6
Propionihappo	-	-	-	-	-	-	-	-

*Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Ravitsemusyksikkö. Fineli. Elintarvikkeiden koostumustietokanta. Versio 18. Helsinki 2017. www.fineli.fi

Energian ja ravintoaineiden määrät 1 400 grammassa vehnäjauhoja

Energia (kJ)	$(1\,467\text{ kJ} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 20\,538\text{ kJ}$
Energia (kcal)	$(350\text{ kcal} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 4\,900\text{ kcal}$
Rasva	$(1,4\text{ g} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 19,6\text{ g}$
Tyydyttyneet rasvahapot	$(0,2\text{ g} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 2,8\text{ g}$
Hiilihydraatit	$(70\text{ g} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 980\text{ g}$
Sokerit	$(0,4\text{ g} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 5,6\text{ g}$
Proteiini	$(11,5\text{ g} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 161\text{ g}$
Suola	$(2,5\text{ mg} / 100\text{ g}) \times 1\,400\text{ g} = 35\text{ mg}^*$

* Suola on ilmoitettu Fineli-tietokannassa milligrammoina (mg). Lopullisissa ravintoarvomerkinnoissä suolan määrä tulee ilmoittaa grammoina (g).

Energian ja ravintoaineiden määrät muissa pähkinä-vehnäleivän ainesosissa
Määrät on laskettu samalla tavalla kuin ylläolevassa esimerkissä vehnäjauholle.

Ainesosa	Ainesosan määrä reseptissä	Energia		Rasva	Tyydyttyneet rasvahapot	Hiilihydraatit	Sokerit	Proteiini	Suola
	g	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg
Vehnäjauho	1 400	20 538	4 900	19,6	2,8	980	5,6	161	35
Vesi	800	-	-	-	-	-	-	-	20
Cashew-pähkinä	400	9 612	2 296	185,6	31,2	75,2	18,4	80	102
Hiiva	55	171,6	40,7	0,2	-	0,6	-	7,2	6,16
Jodioitu suola	40	4,4	1,2	-	-	-	-	0,24	³ 443,04 ⁹
Propionihappo	5	-	-	-	-	-	-	-	-
Yhteensä (≈)		30 326	7 238	205	34	1 056	24	248	39 606

Energian ja ravintoaineiden määrät 100 grammassa valmista pähkinä-vehnäleipää

Energia (kJ)	$(30\,326 \text{ kJ} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 1\,123 \text{ kJ}$
Energia (kcal)	$(7\,238 \text{ kcal} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 268 \text{ kcal}$
Rasva	$(205 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 7,6 \text{ g}$
Tyydyttyneet rasvahapot	$(34 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 1,3 \text{ g}$
Hiilihydraatit	$(1\,056 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 39,1 \text{ g}$
Sokerit	$(24 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 0,9 \text{ g}$
Proteiini	$(248 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 9,2 \text{ g}$
Suola	$(39\,606 \text{ mg} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 1\,467 \text{ mg} \approx 1,5 \text{ g}^*$

* Suola on ilmoitettu Fineli-tietokannassa milligrammoina (mg). Lopullisissa ravintoarvomerkinnoissä suolan määrä tulee ilmoittaa grammoina (g).

Euroopan komissio on julkaissut vuonna 2012 ravintoarvomerkinntöjen laadintaan liittyvät pyöristysohjeet. Löydät ohjeen verkkosivuillemme kootuista linkeistä.

Vaihtoehtoisia laskentatapoja

Energiasisällön laskeminen muuntokertoimilla

Useiden elintarvikkeiden keskimääräiset energiasisällöt löytyvät valmiina Fineli-tietokannasta, kuten edellä on kuvattu.

Seuraavaksi opit, miten voit laskea energiasisältötiedot myös itse, jos tietoja ei ole suoraan saatavilla. Energiasisältöön lasketaan mukaan kaikki elintarvikkeen sisältämät energiaa tuottavat ravintoaineet.

Pähkinä-vehnäleivän tapauksessa energiaa tuottavat ravintoaineet ovat hiilihydraatit, proteiini, rasva ja ravintokuitu. Fineli-tietokannassa ravintokuitu löytyy Hiilihydraattifraktiot -otsikon alta, mutta sitä ei lasketa mukaan kokonaishiilihydraattimäärään (imeytyviin hiilihydraatteihin), vaan se tulee huomioida erikseen energiasisältöä laskettaessa.

Kunkin ravintoaineen energiasisällön saat kertomalla ravintoaineen määrän (g / 100 g valmiissa tuotteessa) ravintoaineelle määritellyllä muuntokertoimella. Muuntokertoimet löytyvät elintarviketietoasetuksen liitteestä XIV.

Esimerkki: Pähkinä-vehnäleipä

Ravintoaine	Ravintoaineen määrä	Muuntokerroin		Energiasisältö	Energiasisältö
	g/100 g	kJ/g	kcal/g	kJ/100 g	kcal/100 g
Hiilihydraatit	39,1*	17	4	$39,1 \times 17 = 664,7$	$39,1 \times 4 = 156,4$
Proteiini	9,2*	17	4	$9,2 \times 17 = 156,4$	$9,2 \times 4 = 36,8$
Rasva	7,6*	37	9	$7,6 \times 37 = 281,2$	$7,6 \times 9 = 68,4$
Ravintokuitu	2,58**	8	2	$2,58 \times 8 = 20,64$	$2,58 \times 2 = 5,16$
Yhteensä				≈ 1 123 kJ / 100 g	≈ 267 kcal / 100 g

* Hiilihydraattien, rasvan ja proteiinin määrät (g / 100 g) on laskettu aiemmin ravintoarvotietojen laskemisen yhteydessä.

**Ravintokuidun määrä (g / 100 g) on laskettu vastaavalla tavalla kuin hiilihydraattien, rasvan ja sokerin määrät. Löydät laskelmat alla olevasta taulukosta.

Ravintokuidun määrän laskeminen 100 grammassa pähkinä-vehnäleipää

Ainesosa	Ainesosan määrä reseptissä	Ravintokuitu*	Ravintokuitu / koko ainesosa	Ravintokuitu / koko leipä
	g	g / 100 g	g	g
Vehnäjauho	1 400	3,7	$(3,7 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 1 400 \text{ g} = 51,8 \text{ g}$	
Vesi	800	-	-	
Cashewpähkinä	400	3,5	$(3,5 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 400 \text{ g} = 14 \text{ g}$	

	Ainesosan määrä reseptissä	Ravintokuitu*	Ravintokuitu / koko ainesosa	Ravintokuitu / koko leipä
Ainesosa	g	g / 100 g	g	g
Hiiva	55	6,9	$(6,9 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 55 \text{ g}$ $= 3,795 \text{ g}$	
Jodioitu suola	40	-	-	
Propionihappo	5	-	-	
Yhteensä	2 700		$\approx 69,6 \text{ g}$	$(69,6 \text{ g} / 2 700 \text{ g}) \times 100 \text{ g}$ $\approx 2,58 \text{ g}$

* Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Ravitsemusyksikkö. Fineli. Elintarvikkeiden koostumustietokanta. Versio 18. Helsinki 2017. www.fineli.fi

Huomaathan, että energiasisältöä laskettaessa tulee tuotteesta riippuen huomioida tarvittaessa myös muita energiaa tuottavia ravintoaineita (elintarviketietoasetuksen Liite XIV). Esimerkiksi jos tuotteen valmistuksessa käytetään alkoholia (tuotetta ei kuumenneta) tai polyoleja eli sokerialkoholeja.

Suolan kokonaismäärän laskeminen

Useiden elintarvikkeiden suolan määrät löytyvät valmiiksi laskettuna Fineli-tietokannasta, kuten edellä on kuvattu.

Jos tietoja ei ole suoraan saatavilla, voit laskea suolan kokonaismäärän myös itse.

Suolan kokonaismäärään valmiissa tuotteessa lasketaan mukaan sekä lisätty suola että ainesosien luontaisesti sisältämä natrium. Tiedot ainesosien luontaisesti sisältämästä natriumista löytyvät Fineli-tietokannasta.

Luontaisen natriumin määrä pähkinä-vehnäleivän ainesosissa ja koko taikinassa:

	Ainesosan määrä reseptissä	Luontainen natrium*	Luontainen natrium
Ainesosa	g	mg / 100 g	mg / koko ainesosa
Vehnäjauho	1 400	1,0	$(1,0 \text{ mg} / 100 \text{ g}) \times 1 400 \text{ g} = 14 \text{ mg}$
Vesi	800	1,0	$(1,0 \text{ mg} / 100 \text{ g}) \times 800 \text{ g} = 8 \text{ mg}$
Cashewpähkinä	400	10	$(10 \text{ mg} / 100 \text{ g}) \times 400 \text{ g} = 40 \text{ mg}$
Hiiva	55	4,4	$(4,4 \text{ mg} / 100 \text{ g}) \times 55 \text{ g} = 2,42 \text{ mg}$
Jodioitu suola	40	38 700	$(38 700 \text{ mg} / 100 \text{ g}) \times 40 \text{ g} = 15 480 \text{ mg}$
Propionihappo	5	-	-
Yhteensä	2 700		$\approx 15 544 \text{ mg}$

* Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Ravitsemusyksikkö. Fineli. Elintarvikkeiden koostumustietokanta. Versio 18. Helsinki 2017. www.fineli.fi

Natriumin määrän muuttaminen suolaksi

Edellä luontaisen natriumin määräksi saatiin pähkinä-vehnäleivän reseptin ainesosissa koko ainesosamäärää kohti laskettuna 15 544 mg. Natriumin määrä muutetaan suolaksi kertoimella 2,5. $15 544 \text{ mg} \times 2,5 = 38 860 \text{ mg} \approx 38,9 \text{ g}$.

Suolan kokonaismäärän valmiissa pähkinäleivässä g / 100 g lasketaan seuraavasti:
(suolan määrä g / tuotteen paino kypsänä g) x 100.

Pähkinä-vehnäleivässä suolan määrä on:
 $(38,9 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 1,44 \text{ g} \approx 1,4 \text{ g} / 100 \text{ g}$.

Aiemmin kohdassa ”Ravintoarvotietojen laskeminen” saimme suolan määräksi pyöristettynä 1,5 g, kun käytimme Fineli-koostumustietokannasta suoraan saatavia tietoja ainesosien suolan määrästä. Nyt kun laskimme suolan määrän natriumista kertoimella 2,5, suolan kokonaismäärä valmiissa pähkinäleivässä poikkeaa pyöristettynä 0,1 g aiemmin saadusta tuloksesta (1,4 g (1,44 g) vs 1,5 g (1,46 g)). Syynä tähän on se, että jälkimmäisessä esimerkissä on käytetty lainsäädännön sallimaa kerrointa 2,5, joka on pyöristetty tarkemmasta arvosta 2,54. Fineli-tietokannassa taas suolan määrä on laskettu tarkemmalla kertoimella 2,54. Laskettaessa suolan määrä kertoimella 2,54, saadaan yhtenevät tulokset molemmilla laskelmilla $15\,544 \text{ mg} \times 2,54 = 39\,481,76 \text{ mg} = 39,5 \text{ g}$

Pähkinä-vehnäleivässä suolan määrä on: $(39,5 \text{ g} / 2\,700 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 1,46 \text{ g} \approx 1,5 \text{ g} / 100 \text{ g}$.

Pähkinä-vehnäleivän tapauksessa suolan määräksi ravintoarvomerkintään päätetään laittaa 1,5 g / 100 g, koska tiedämme, että tulos on tarkempi.

Koska lainsäädäntö sallii kuitenkin kertoimen 2,5 käytön, ei olisi väärin merkitä suolan määräksi 1,4 g / 100 g. Asiaan on syytä kiinnittää erityisesti huomiota silloin, jos tuotteen suolapitoisuus on voimakassuolaisuuden merkintävelvoitetta koskevan rajan tuntumassa.

Pähkinä-vehnäleivän tapauksessa suolan määrä joka tapauksessa ylittää leivälle asetetun voimakassuolaisen rajan 1,2 %, joten pakkaukseen tulee laittaa merkintä ”voimakassuolainen”.

Lopullinen ravintoarvoilmoitus

Pähkinä-vehnäleivän ravintoarvoilmoituksessa tulee ilmoittaa vähintään seuraavat tiedot 100 grammaa tuotetta kohden:

Ravintoarvo/100 g	
Energia	1 123 kJ / 268 kcal
Rasva	7,6 g
- josta tyydyttynyttä	1,3 g
Hiilihydraatit	39 g
- josta sokereita	0,9 g
Proteiini	9,2 g
Suola	1,5 g
Voimakassuolainen	

Esimerkki 7: Reseptilaskenta mansikkahillolle

Tässä esimerkissä opit laatimaan pakolliset merkinnät mansikkahillolle reseptin pohjalta.

Mansikkahillon resepti

Määrä	Ainesosa
5 000 g	mansikka
3 000 g	sokeri
1 750 g	vesi
30 g	sakeuttamisaine (E 440)
12 g	happamuudensäätöaine (E 330)
8 g	säilöntäaine (E 202)

Kypsennyshävikki 10 %

Raakapaino ja paino kypsennyksen jälkeen:

Mansikkahilloerän raakapaino: $5\,000\text{ g} + 3\,000\text{ g} + 1\,750\text{ g} + 30\text{ g} + 12\text{ g} + 8\text{ g} = 9\,800\text{ g}$

Valmiin mansikkahilloerän paino kypsennyshävikki huomioituna:

$9\,800\text{ g} - 980\text{ g} (= 9\,800\text{ g} \times 10\% / 100) = 8\,820\text{ g}$

Hävikki = tuotteen raakapaino – tuotteen paino kypsänä

Hävikkiprosentti = $(\text{hävikki} \times 100) / \text{tuotteen raakapaino} \%$

Ainesosaluettelo

Ainesosien järjestys

Veden määrä valmiissa mansikkahilloerässä: $1\,750 - 980 (= 9\,800\text{ g} - 8\,820\text{ g}) = 770\text{ g}$

Ainesosien suuruusjärjestys pysyy samana kuin reseptissä.

Ainesosan korostaminen

Mansikan osuus mansikkahillossa: $(5\,000\text{ g} / 8\,820\text{ g}) \times 100\% = 56,7\% \approx 57\% (= 57\text{ g} / 100\text{ g})$

Lisäaineet

Varmista aluksi, saako reseptissä mainittua lisäainetta ylipäätään käyttää mansikkahillon valmistuksessa ja onko lisäaineen käytölle asetettu enimmäismääriä.

Löydät tiedot elintarvikelisäaineista annetun asetuksen (EY) N:o 1333/2008 liitteen II E-osan elintarvikeryhmän ”04.2.5.1 Erikoishillot ja -hyytelöt sellaisina kuin ne määritellään direktiivissä 2001/113/EY” kohdalta tai EU-komission englanninkielisestä internetsovelluksesta (Categories → Fruit and vegetables (4) → Processed fruit and vegetables (4.2) → Jam, jellies and marmalades and similar products (4.2.5) → Extra jam and extra jelly as defined by Directive 2001/113/EC (4.2.5.1)). Löydät elintarvikelisäaineista annetun asetuksen sekä EU-komission sovelluksen internetsivuillemme kootuista linkeistä.

Mansikkahillon reseptissä mainittujen lisäaineiden käytölle on annettu lainsäädännössä seuraavat ehdot: E 330 (sitruunahappo) ja E 440 (pektiinit) ovat sallittuja Quantum satis -periaatteella erikoishilloihin ja -hyttelöihin (elintarvikeryhmä 04.2.5.1). Quantum satis –periaate tarkoittaa sitä, että lisäaineen käytölle ei ole annettu määrärajoitusta, mutta lisäainetta on kuitenkin käytettävä hyvän valmistustavan mukaisesti.

E 202 (kaliumsorbaatti) saa käyttää vähäsokerisiin ja vastaaviin vähäkalorisiin tai sokerittomiin erikoishilloihin ja -hyttelöihin enintään 1000 mg/kg.

Kaliumsorbaatin määräksi ilmoitetaan vadelmahillon reseptissä 8 g:
 $8 \text{ g} / 8 \text{ 820 g} = 0,000907 \text{ g} / \text{g} = 0,907 \text{ mg} / \text{g} = 907 \text{ mg} / \text{kg}$

Kaliumsorbaatin määrä ei näin ollen ylitä lisäaineen käytölle annettua enimmäismäärää. Tämän osalta kaikki on siis kunnossa. Kaliumsorbaattia käytetään hillossa säilöntäaineena. Ainesosaluettelossa se voidaan ilmoittaa joko ”säilöntäaine (E 202)” tai ”säilöntäaine (kaliumsorbaatti)”.

Sitruunahappoa (E 330) käytetään hillossa happamuudensäätöaineena. Ainesosaluettelossa se voidaan ilmoittaa joko ”happamuudensäätöaine (E 330)” tai ”säilöntäaine (sitruunahappo)”.

Pektiinejä (E 440) käytetään hillossa sakeuttamisaineena. Ainesosaluettelossa se voidaan ilmoittaa joko ”sakeuttamisaine (E 440)” tai ”sakeuttamisaine (pektiinit)”.

Lopullinen ainesosaluettelo

Ainekset: Mansikka, sokeri, vesi, sakeuttamisaine (E 440), happamuudensäätöaine (E 330), säilöntäaine (E 202).

Lisäksi Mansikkahillon nimen yhteyteen tehdään merkintä siitä, että 100 g tuotetta sisältää 57 g marjoja.

Ravintoarvoilmoitus

Energian ja ravintoaineiden määrät 100 grammassa mansikkahillon ainesosia (Finelin tietokanta)*

Ainesosa	Energia		Rasva	Tyydyttyneet rasvahapot	Hiilihydraatit	Sokerit	Proteiini	Suola
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg
Mansikka	187	45	0,3	< 0,1	7,7	7,0	0,5	5,1
Sokeri	1 698	406	-	-	99,9	99,9	-	0,2
Sakeuttamisaine (E 440)	-	-	-	-	-	-	-	-
Happamuuden-säätöaine (E 330)	-	-	-	-	-	-	-	-
Säilöntäaine (E 202)	-	-	-	-	-	-	-	-

*Lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Ravitsemusyksikkö. Fineli. Elintarvikkeiden koostumustietokanta. Versio 18. Helsinki 2017. www.fineli.fi

Energian ja ravintoaineiden määrät 5 000 grammassa mansikkaa

Energia (kJ)	$(187 \text{ kJ} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 9\,350 \text{ kJ}$
Energia (kcal)	$(45 \text{ kcal} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 2\,250 \text{ kcal}$
Rasva	$(0,3 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 15 \text{ g}$
Tyydyttyneet rasvahapot	$(< 0,1 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = < 5 \text{ g}$
Hiilihydraatit	$(7,7 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 385 \text{ g}$
Sokerit	$(7 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 350 \text{ g}$
Proteiini	$(0,5 \text{ g} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 25 \text{ g}$
Suola	$(5,1 \text{ mg} / 100 \text{ g}) \times 5\,000 \text{ g} = 255 \text{ mg}$

Energian ja ravintoaineiden määrät muissa mansikkahillon ainesosissa

Määrät on laskettu samalla tavalla kuin ylläolevassa esimerkissä mansikalle.

Ainesosa	Ainesosan määrä reseptissä g	Energia		Rasva	Tyydyttyneet rasvahapot	Hiilihydraatit	Sokerit	Proteiini	Suola
		kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg
Mansikka	5 000	9 350	2 250	15	< 5	385	350	25	255
Sokeri	3 000	50 940	12 180	-	-	2 997	2 997	-	6
Vesi	770	-	-	-	-	-	-	-	19,25
Sakeuttamisaine (E 440)	30	-	-	-	-	-	-	-	-
Happamuuden-säätöaine (E 330)	12	-	-	-	-	-	-	-	-
Säilöntäaine (E 202)	8	-	-	-	-	-	-	-	-
Yhteensä		60 290	14 430	15	< 5	3 382	3 347	25	280,25

Energian ja ravintoaineiden määrät 100 grammassa mansikkahilloa

Energia (kJ)	$(60\,290 \text{ kJ} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 684 \text{ kJ}$
Energia (kcal)	$(14\,430 \text{ kcal} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 164 \text{ kcal}$
Rasva	$(15 \text{ g} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 0,2 \text{ g}$
Tyydyttyneet rasvahapot	$(5 \text{ g} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 0,1 \text{ g}$
Hiilihydraatit	$(3\,382 \text{ g} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 38,3 \text{ g}$
Sokerit	$(3347 \text{ g} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 37,9 \text{ g}$
Proteiini	$(25 \text{ g} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} = 0,3 \text{ g}$
Suola	$(280,25 \text{ mg} / 8\,820 \text{ g}) \times 100 \text{ g} \approx 3,2 \text{ mg} \approx 0,0032 \text{ g}$

Fineli-tietokannasta löytyvät ravintoarvotiedot monille tuotteille, kuten mansikkahillolle, myös suoraan. Valmiita tietoja on mahdollista käyttää sellaisenaan oman tuotteen merkinnöissä, mikäli tuotteet vastaavat toisiaan riittävällä tarkkuudella.

Lopullinen ravintoarvoilmoitus

Ravintoarvo/100 g	
Energia	684 kJ (164 kcal)
Rasva	< 0,5 g
- josta tyydyttynyttä	< 0,5 g
Hiilihydraatit	38 g
- josta sokereita	38 g
Proteiini	< 0,5 g
Suola	0 g

Euroopan komissio on julkaissut vuonna 2012 ravintoarvomerkitöjen laadintaan liittyvät pyöristysohjeet. Löydät ohjeen verkkosivuillemme kootuista linkeistä.



Osa 11, Kertaustehtävät

Kertaustehtävien avulla voit harjoitella oppaassa esitettyjä asioita. Kertaustehtävät on jaoteltu ryhmiin osien 1-10 mukaisten otsikoiden perusteella.

Osa 1, Vastuut ja lainsäädäntö

Kysymys

1. Kuka vastaa siitä, että elintarvike on lainsäädännön vaatimusten mukainen?
 - A. Elintarvikealan toimija
 - B. Elintarvikevalvoja
 - C. Kuluttaja
 - D. Ei kukaan

Oikea vastaus

1. Vaihtoehto A on oikein. Elintarvikealan toimija on velvollinen huolehtimaan siitä, että elintarvike on lainsäädännön vaatimusten mukainen. Elintarviketiedoista vastaa toimija, jonka nimellä elintarviketta pidetään kaupan.

Osa 2, Pakolliset tiedot

Kysymykset

Ovatko väittämät oikein vai väärin?

1. Tuotteesi on menossa pakattuna myyntiin kuluttajalle, mutta sitä ennen jälleenmyyjälle. Laitat pakolliset elintarviketiedot valmistamasi kastikepullon etikettiin.
2. Voit laittaa valmistamasi hunajan pakkaukseen merkinnän "kurkkukivun luonnonmukaiseen lääkintään".
3. Suomessa myytävissä pakatuissa elintarvikkeissa riittää pääsääntöisesti, että pakolliset merkinnät on tehty suomeksi.
4. Maitoon ei käytetä lisäaineita. Voitkin hyvillä mielin laittaa valmistamasi maidon pakkaukseen asiaa korostavan "lisäaineeton"-merkinnän.
5. Ostat kahvilasta lounassalaatin, jonka kahvilan henkilökunta on itse pakannut myynnin nopeuttamiseksi ja helpottamiseksi. Kyseessä on pakkaamaton elintarvike.
6. Pakkaamattomista elintarvikkeista annettavat pakolliset tiedot tulee antaa aina kirjallisesti vähittäismyyntipaikassa.

Oikeat vastaukset

1. Oikein.
Pakatuissa elintarvikkeissa pakolliset elintarviketiedot on esitettävä suoraan pakkauksessa tai siihen kiinnitettyssä etiketissä.
2. Väärin.
Elintarvikkeesta ei saa esittää lääkkeellisiä väitteitä eli väitteitä siitä, että elintarvike ennalta ehkäisee, hoitaa tai parantaa ihmisen sairauksia. Näin hunajan markkinointi kurkkukivun lääkintään on kiellettyä.
3. Väärin.
Pääsääntöisesti pakattujen elintarvikkeiden pakolliset merkinnät tulee tehdä sekä suomen että ruotsin kielellä. Jos elintarviketta myydään ainoastaan Suomen yksikielisissä kunnissa, riittää, että pakolliset merkinnät on tehty kyseisen kunnan kielellä.
4. Väärin.
Koska maito ei sisällä lisäaineita, maitopakkaukseen liitetty merkintä ”lisäaineeton” on harhaanjohtava ja näin kielletty. Merkinnöissä ei saa ilmoittaa, että elintarvikkeella on sellaisia ominaisuuksia, joiden suhteen se ei poikkea muista vastaavista elintarvikkeista.
5. Oikein.
Kahvilan itse välittömään myyntiin pakkaama lounassalaatti, samoin kuin esimerkiksi tuotteet, jotka kuluttaja itse pakkaa tai jotka pakataan kuluttajan pyynnöstä, ovat pakkaamattomia elintarvikkeita.
6. Väärin.
Vähittäismyyntipaikassa pakkaamattomista elintarvikkeista annettavat pakolliset tiedot voidaan antaa myös suullisesti. Tämä edellyttää, että kuluttajalle ilmoitetaan elintarvikkeen

luovutuspaikassa selvästi ja helposti havaittavalla tavalla, että tiedot saa, kun niitä pyytää. Tietojen on lisäksi oltava kirjallisessa tai sähköisessä muodossa elintarvikkeen luovutuspaikassa henkilökunnan ja valvontaviranomaisten saatavissa. Poikkeuksena on tuotteen voimakassuolaisuudesta kertova merkintä, joka on annettava aina kirjallisesti.

Osa 3, Elintarvikkeen nimi

Kysymykset

1. Onko väittämä oikein vai väärin?
Elintarvikkeen nimenä tulee käyttää tapauskohtaisesti nimeä, joka on säädetty lainsäädännössä tai käytössä vakiintunutta nimeä tai elintarviketta kuvaavaa nimeä.
2. Onko väittämä oikein vai väärin?
Jos elintarvikkeen kaupallinen tuotenimi on riittävän tunnettu, pakkaukseen ei ole pakollista liittää elintarvikkeen nimeä.
3. Mitkä seuraavista käyvät elintarvikkeen nimeksi?
 - A. Voi
 - B. Hillomunkki
 - C. Kinkku-ananaspizza
 - D. Mansikkakääretorttu
 - E. Kuitupommi
 - F. Appelsiinimehutiviste

Oikeat vastaukset

1. Oikein.
Elintarvikkeen nimenä tulee käyttää tapauskohtaisesti nimeä, joka on säädetty lainsäädännössä, kuten juuston, voin ja jogurtin nimet, tai käytössä vakiintunutta nimeä, kuten ruisleipä ja pullapitko tai elintarviketta kuvaavaa nimeä, kuten mansikkakääretorttu tai rahkapulla.

2. Väärin.
Elintarvikkeen nimi on pakollinen merkintä. Kaupalliset nimet ja tavaramerkit ovat vapaaehtoisia merkintöjä, eivätkä ne korvaa elintarvikkeen nimeä.
3. Vaihtoehdot A, B, C, D ja F sopivat elintarvikkeiden nimiksi.
Kuitupommi on kaupallinen nimi eikä täytä vaatimuksia elintarvikkeen nimenä.

Osa 4, Ainesosaluettelo

Kysymykset

1. Mitä ainesosia tulee korostaa janssoninkiusauksen ainesosaluettelossa, kun tuote sisältää seuraavat ainekset: peruna, anjovis, laktoositon kerma, sipuli, maissitärkkelys, suola, valkopippuri ja tilli?
2. Kumpi väittämistä on oikein?
 - A. Koostettu ainesosa on elintarvikkeen valmistuksessa käytetty toinen elintarvike, joka sisältää useampaa kuin yhtä ainesosaa.
 - B. Koostettu ainesosa voidaan ilmoittaa ainesosaluettelossa aina myös pelkällä omalla nimellään eli koostetun ainesosan sisältämiä ainesosia ei ole pakko ilmoittaa.
3. Kumpi väittämistä on oikein?
 - A. Lisäaineita saa lisätä vapaasti elintarvikkeeseen
 - B. Lisäaineiden osalta tulee ainesosaluettelossa ilmoittaa myös käyttötarkoitusta osoittava ryhmänimi.
4. Onko toimintatapasi oikea vai väärä? Käytät tuotteen valmistuksessa hapettumisenestoaineena soijalesitiiniä (E 322).

Voit ilmoittaa soijalesitiinin käytöstä ainesosaluettelossa esimerkiksi seuraavasti: ”hapettumisenestoaine (E 322)”.

5. Onko toimintatapasi oikea vai väärä? Valmistat perinteisiä kaalikääryleitä. Kaalikääryleiden pakkaukseen on merkittävä kaalikääryleisiin käytetyn lihan määrä.
6. Onko väittäminen oikein vai väärin? Jos elintarvikkeessa on enintään 10 % lisättyä vettä, ei sitä tarvitse ilmoittaa lainkaan ainesosaluettelossa.

Oikeat vastaukset

1. Anjovis ja kerma ovat allergiaa aiheuttavia aineita, jotka kuuluvat elintarviketietoasetuksen liitteessä II mainittuihin tuotteisiin.
Näin ollen ne tulee ilmoittaa korostaen ainesosaluettelossa.
2. Vaihtoehto A on oikein.
Koostettu ainesosa on elintarvikkeen valmistuksessa käytetty toinen elintarvike, joka sisältää useampaa kuin yhtä ainesosaa.
Esimerkiksi kasvimagariini tai mansikkahillo ovat koostettuja ainesosia. Koostettu ainesosa voidaan vain poikkeustapauksissa ilmoittaa ainesosaluettelossa pelkällä omalla nimellään.
Esimerkiksi silloin, jos koostetun ainesosan osuus lopputuotteessa on alle 2 % ja sen koostumus on määritelty lainsäädännössä, esimerkiksi hillo tai suklaa.
3. Vaihtoehto B on oikein.
Lisäaineita lisätään elintarvikkeeseen aina jotakin teknologista tarkoitusta varten, kuten lisäämään elintarvikkeen säilyvyyttä tai parantamaan elintarvikkeen väriä ja rakennetta.

Lainsäädännössä määrätään, missä elintarvikkeissa ja miten paljon kutakin lisäainetta saa käyttää.

Lisäaineet ilmoitetaan käyttötarkoitusta osoittavalla ryhmänimellä, jota täydennetään lisäaineen omalla nimellä tai numerotunnuksella (E-koodilla).

Poikkeuksena on muunnettu tärkkelys, jonka osalta yksilöllisen nimen tai E-numeron ilmoittaminen ei ole pakollista.

4. Toimintatapasi on väärä.
Soija katsotaan allergiaa aiheuttavaksi aineeksi.
Tällöin soijasta peräisin oleva soijalesitiini on ilmoitettava omalla nimellään, pelkkä E-koodi ei riitä.
Lisäksi allergiaa aiheuttavaa ainesosaa on korostettava merkinnöissä.
Soijalesitiini tulee siis ilmoittaa ainesosaluettelossa muodossa: "hapettumisenestoaine (soijalesitiini)".
5. Toimintatapasi on oikea.
Ainesosan määrä täytyy ilmoittaa, jos kuluttaja tavallisesti yhdistää ainesosan elintarvikkeen nimeen, vaikka sitä ei olisikaan mainittu elintarvikkeen nimessä.
Esimerkiksi janssoninkiusauksesta on tällöin ilmoitettava kalan määrä, kaalikäärleestä lihan määrä ja makkarasta lihan määrä.
6. Väärin.
Jos lopullisessa elintarvikkeessa on enintään 5 % lisättyä vettä tai haihtuvaa ainetta, ei sitä tarvitse ilmoittaa ainesosaluettelossa.
Tätä poikkeusta ei kuitenkaan sovelleta lihaan, raakalihavalmisteisiin, jalostamattomiin kalastustuotteisiin ja jalostamattomiin simpukoihin.

Osa 5, Päiväysmerkintä

Kysymykset

Ovatko väittämät oikein vai väärin?

1. "Parasta ennen" -merkintä tarkoittaa ajankohtaa, johon asti elintarvike oikein säilytettynä säilyttää sille tyypilliset ominaisuudet.
2. Viimeisellä käyttöajankohdalla tarkoitetaan ajankohtaa, johon asti elintarviketta saa käyttää tai myydä.
3. Pakasteen pakkauksessa tulee ilmoittaa viimeinen käyttöpäivä.
4. Pakatun jauhelihan merkinnöissä tulee ilmoittaa "parasta ennen" -päivämäärä.

Oikeat vastaukset

1. Oikein.
"Parasta ennen" -merkintä tarkoittaa ajankohtaa, johon asti elintarvike oikein säilytettynä säilyttää sille tyypilliset ominaisuudet, kuten maun ja rakenteen. Puhutaan myös vähimmäissäilyvyysajasta. Elintarvikkeen voi myydä tai käyttää "parasta ennen" -päivämäärän jälkeenkin edellyttäen. Se kuitenkin edellyttää, ettei elintarvikkeen laatu ole oleellisesti heikentynyt. Vastuu elintarvikkeen laadusta on tässä tapauksessa myyjällä tai elintarvikkeen luovuttajalla. Jotta kuluttajat eivät kuitenkaan epähuomiossa ostaisi päiväykseltään vanhentuneita elintarvikkeita, tulisi päiväyksen ylittymisestä ilmoittaa myytävän tai luovutettavan tuotteen yhteydessä.
2. Oikein.
Viimeisellä käyttöajankohdalla tarkoitetaan ajankohtaa, johon asti elintarviketta saa käyttää tai myydä.

Elintarviketta ei saa myydä viimeisen käyttöpäivän jälkeen eikä käyttää myytävän tai tarjottavan elintarvikkeen valmistuksessa.

3. Väärin.
Pakasteissa ilmoitetaan aina ”parasta ennen” -päivämäärä
4. Väärin.
Mikrobiologisesti helposti pilaantuviin elintarvikkeisiin, kuten pakattuun jauhelihaan, tulee merkitä viimeinen käyttöajankohta tai viimeinen käyttöpäivä. ”Parasta ennen” -merkintä ei ole riittävä.

Osa 6, Alkuperämaa

Kysymykset

1. Minkä ilmoitat tuotteen alkuperämaaksi, kun
 - A. Oregano on viljelty Italiassa, mutta kuivatettu ja pakattu Suomessa?
 - B. Juusto on valmistettu Ranskassa, mutta raastettu ja pussitettu Suomessa?
 - C. Raakapakastettu leipä on valmistettu Saksassa, mutta leipä paistetaan Suomessa?
2. Mille seuraavista pakatuista elintarvikkeista alkuperämaan ilmoittaminen on aina pakollista? Naudanliha, Broileri, Ruisleipä, Kirsikka, Mehu, Hunaja, Oliiviöljy
3. Mille seuraavista pakkaamattomista elintarvikkeista alkuperämaan ilmoittaminen on aina pakollista? Naudan jauheliha, Kala, Ruisleipä, Viinirypäle, Rusina, Mansikka, Muffinssi, Patonki

Oikeat vastaukset

1. A) Italia, B) Ranska, C) Saksa.
Alkuperämaaksi katsotaan maa, jossa elintarvike on valmistettu tai tuotettu. Valmistuksena ei pidetä esimerkiksi elintarvikkeen kuivaamista, pakkaamista, raastamista, pussittamista eikä raakapakasteen paistamista.
2. Alkuperämaa on ilmoitettava naudanlihasta, broilerista, kirsikasta (tuoreet kokonaiset kasvikset), hunajasta ja oliiviöljystä.
Ruisleivän ja mehun alkuperämaa on ilmoitettava vain tarvittaessa eli silloin, kun sen ilmoittamatta jättäminen voi johtaa kuluttajaa harhaan.
3. Alkuperämaa on ilmoitettava jauhelihasta, kalasta, viinirypäleistä ja mansikoista (tuoreet kokonaiset kasvikset).
Ruisleivän, rusinoiden, leivoksen ja patongin alkuperämaa on ilmoitettava vain tarvittaessa eli silloin, kun sen ilmoittamatta jättäminen voi johtaa kuluttajaa harhaan.

Osa 7, Säilytys- ja käyttöohje

Kysymykset

1. Mikä tai mitkä seuraavista väitteistä pitävät paikkansa?
 - A. Käyttöohje on pakollinen kaikissa pakatuissa elintarvikkeissa.
 - B. Käyttöohjeeksi riittää pakkauksissa kuva tai symboli.
 - C. Käyttöohje voi olla myös varoitusmerkintä.
2. Mikä tai mitkä seuraavista väitteistä pitävät paikkansa?
 - A. Säilytysohje on pakollinen kaikissa pakatuissa elintarvikkeissa.

- B. Säilytysohje on pakollinen pakkauksessa, jos tuotteen säilyminen edellyttää huoneenlämpötilasta poikkeavaa lämpötilaa.
- C. Elintarvikealan toimija arvioi itse, onko tuoreen kalan pakkaukseen välttämätöntä laittaa säilytysohje.
3. Pakkaamattomien elintarvikkeiden käyttö- ja säilytysolosuhteet on annettava kuluttajalle
- A. aina vähittäismyynnissä
- B. tarvittaessa vähittäismyynnissä
- C. aina tarjoilupaikassa
- D. tarvittaessa tarjoilupaikassa.

Oikeat vastaukset

1. Vaihtoehto C on oikein.
Elintarvikkeen pakkaukseen tulee merkitä käyttöohje tarvittaessa eli silloin, jos elintarvikkeen tarkoituksenmukainen käyttö ilman sitä on vaikeaa. Käyttöohjeet voivat olla myös varoitusmerkintöjä tai annostusohjeita. Käyttö-ohjeet annetaan sanoilla ja numeroilla.
Kuvien ja symbolien käyttö ei ole yksinomaan riittävää, mutta niitä voidaan käyttää lisäkeinona tietojen esittämiseen.
2. Vaihtoehto B on oikein.
Elintarvikkeen pakkaukseen merkitään säilytysohjeet tarvittaessa.
Merkintä vaaditaan silloin, kun tuotteen säilyminen ilmoitettuun ajankohtaan saakka edellyttää huoneenlämpötilasta poikkeavaa lämpötilaa tai muutoin erityisiä säilytys- tai käyttöolosuhteita.

Säilytysohje on kuitenkin aina ilmoitettava mikrobiologisesti helposti pilaantuvien elintarvikkeiden, kuten tuoreen kalan, pakkauksissa.

3. Vaihtoehto B on oikein.
Pakkaamattomasta elintarvikkeesta on vähittäismyyntipaikassa annettava loppukuluttajalle tarvittavat säilytys- ja käyttöohjeet.
Tarjoilupaikassa tietoja ei tarvitse antaa.

Osa 8, Ravintoarvo

Kysymykset

Ovatko väittämät oikein vai väärin?

1. Ravintoarvoilmoitus on aina pakollinen sekä pakatuille että pakkaamattomille elintarvikkeille.
2. Elintarvikkeen energiasisältöön lasketaan mukaan kaikki elintarvikkeen sisältämät energiaa tuottavat ravintoaineet.
3. Kalsiumin määrän voi merkitä ravintoarvoilmoitukseen, jos kiinteä elintarvike sisältää kalsiumia vähintään 15 % päivittäisen saannin vertailuarvosta.
4. D-vitamiinin määrän voi merkitä ravintoarvoilmoitukseen, jos juoma sisältää D-vitamiinia vähintään 5 % päivittäisen saannin vertailuarvosta.
5. Ravintoarvoilmoituksessa suolan määräksi ilmoitetaan elintarvikkeeseen lisätyn suolan määrä.
6. Jos elintarvikkeen suolapitoisuus ylittää tietyt rajat, vaaditaan voimakassuolaisuutta koskeva lisämerkintä.
Vaatimus ei kuitenkaan koske pakkaamattomia elintarvikkeita, jotka ovat vähittäismyyntipaikoissa.

7. Mitkä seuraavista ovat pakollisesti ilmoitettavia tietoja pakattujen elintarvikkeiden ravintoarvomerkinnoissä:
- Energia
 - Rasva
 - Tyydyttyneet rasvahapot
 - Tyydyttymättömät rasvahapot
 - Hiilihydraatit
 - Sokerit
 - Tärkkelys
 - Ravintokuitu
 - Proteiini
 - Suola
 - Natrium
 - Vitamiinit
 - Kivennäisaineet

Oikea vastaukset

1. Väärin.
Ravintoarvoilmoitus tulee tehdä lähes kaikkiin pakattuihin elintarvikkeisiin. Sen sijaan pakkaamattomista elintarvikkeista on pakollista antaa vain joitakin ravintoarvotietoja tietyissä tapauksissa vähittäismyyntipaikassa (juustoista, makkarosta ja lihaleikkeleistä rasvan ja suolan määrä ja ruokaleivistä suolan määrä).
2. Oikein.
Energiasisältöön lasketaan mukaan kaikki elintarvikkeen sisältämät energiaa tuottavat ravintoaineet muuntokertoimien avulla.
3. Oikein.
Kivennäisaineen (tai vitamiinin) määrän voi ilmoittaa ravintoarvoilmoituksessa vain, jos sitä esiintyy elintarvikkeessa merkitsevä määrä.

Merkitseväksi määräksi kiinteiden elintarvikkeiden osalta katsotaan vähintään 15 % päivittäisen saannin vertailuarvosta.

4. Väärin.
Vitamiinin (tai kivennäisaineen) määrän voi kertoa ravintoarvoilmoituksessa vain, jos sitä esiintyy elintarvikkeessa merkitsevä määrä.
Merkitseväksi määräksi juomien osalta katsotaan vähintään 7,5 % päivittäisen saannin vertailuarvosta.
5. Väärin.
Ravintoarvoilmoituksessa ilmoitetaan elintarvikkeen sisältämän suolan kokonaismäärä, johon lasketaan mukaan sekä elintarvikkeeseen lisätty suola että ainesosien luontaisesti sisältämä natrium.
6. Väärin.
Jos elintarvikkeen suolapitoisuus ylittää tietyt lainsäädännössä esitetyt rajat, vaaditaan voimakassuolaisuutta koskeva lisämerkintä.
Vaatimus koskee sekä pakattuja (9 ryhmää, MMMa 1010/2014) että tiettyjä pakkaamattomia elintarvikkeita (juustot, makkarat, leikkeleenä käytettävät lihavalmisteet ja ruokaleipä). Tarjoilupaikassa voimakassuolaisuutta ei tarvitse ilmoittaa.
7. Pakattujen elintarvikkeiden ravintoarvoilmoituksessa pakollisesti ilmoitettavia tietoja ovat seuraavat:

energia	kJ/kcal
rasva	g
- josta tyydyttynyttä	g
hiilihydraatit	g
- josta sokereita	g
proteiini	g
suola	g

Osa 9, Muut pakolliset tiedot

Kysymykset

- Olet pakkaamassa elintarvikepakastetta myyntiin. Mikä tai mitkä näistä pakkausmerkinnöistä ovat pakollisia?
 - Sana ”pakastettu” tai ”pakaste”
 - Merkintä ”ei saa jäädyttää uudelleen sulatuksen jälkeen”
 - Säilytyslämpötila
 - Aika, jonka ostaja voi pakastetta säilyttää
 - Parasta ennen -merkintä
- Mikä tai mitkä seuraavista väittämistä pitävät paikkansa?
 - Toimijan nimi ja www-osoite tulee kertoa kuluttajalle elintarvikepakkauksessa.
 - Toimijan sähköpostiosoite tai ainakin puhelinnumero tulee ilmoittaa pakkauksessa, jotta kuluttaja voi tarvittaessa antaa suoraan palautetta toimijalle.
 - Toimijan nimi ja osoite ovat pakollisia tietoja elintarvikepakkauksessa.
 - Toimijan rooli, jos se ei ole valmistaja, on tarpeen ilmoittaa pakkauksessa.
- Mikä tai mitkä seuraavista väitteistä pitävät paikkansa?
 - Sisällön määrä ilmoitetaan pakkauksessa painoyksiköissä tai nestemäisten tuotteiden osalta tilavuusyksiköissä.
 - Sisällön määrä voidaan ilmoittaa myös pelkästään esimerkiksi unsseina tai paunoina, jos tuote tulee ulkomailta ja kyseisiä mittayksiköitä on käytetty alkuperäisissä pakkausmerkinnöissä.
 - Sisällön määrään lasketaan mukaan pakkausmateriaalin paino.

D. Etikkaliemeen säilöttyjen maustekurkkujen pakkauksessa tulee kertoa kurkkujen ja etikkaliemen yhteismäärä sekä maustekurkun määrä valutettuna.

- Mikä tai mitkä seuraavista väittämistä pitävät paikkansa?

A. Tunnistusmerkki vaaditaan laitoksessa valmistettuihin pakattuihin eläinperäisiin elintarvikkeisiin.

B. Tunnistusmerkki voi korvata elintarvike-erän tunnuksen.

C. Elintarvike-erä on yleensä korkeintaan yhden päivän tuotannon suuruinen.

D. Parasta ennen -merkintä voi korvata erätunnuksen, jos se ilmoitetaan päivän ja kuukauden tarkkuudella.

Oikea vastaukset

- Kaikkien näiden merkintöjen tulee löytyä pakasteen pakkauksesta, joka menee myyntiin kuluttajalle tai suurtaloudelle.
- Vaihtoehdot C ja D ovat oikein. Pakkaukseen on merkittävä elintarvikealan toimija, joka vastaa elintarviketiedoista ja sellainen osoite, että kirjeposti löytää perille. Jos pakkauksessa ilmoitetusta toimijan nimestä tai muuten pakkauksesta saa harhaanjohtavan käsityksen toimijan roolista, on nimeä syytä täydentää toimijan roolia koskevalla maininnalla (esimerkiksi ”valmistuttaja”, ”pakkaaja” tai ”markkinoija”).
- Vaihtoehdot A ja D ovat oikein. Sisällön määrällä tarkoitetaan elintarvikkeen määrää, joka on pakkauksessa pakkaushetkellä. Pakkausmateriaalin painoa ei saa sisällyttää ilmoitettuun sisällön määrään.

Sisällön määrä on ilmaistava nestemäisten tuotteiden osalta tilavuusyksikköinä ja muiden elintarvikkeiden osalta painoyksikköinä. Torikaupassa tai vastaavassa kaupassa voidaan myydä kiinteitä tuotteita myös tilavuuden perusteella, esimerkiksi mansikoita litrahintaan.

Sisällön määrä on ilmoitettava elintarvikkeista Suomessa yleisesti käytetyin painoyksiköin (mg, g, kg) tai tilavuusyksiköin (ml, dl, l). Unssi (oz.) ja pauna (lb) eivät ole Suomessa yleisesti käytettäviä paino- tai tilavuusyksiköjä. Kun kiinteää elintarviketta myydään suola-, mauste-, sokeri- tai muussa vastaavassa liemessä, on ilmoitettava sekä elintarvikkeen kokonaispaino että kiinteän elintarvikkeen paino.

4. Vaihtoehdot A, C ja D ovat oikein. Tunnistusmerkki vaaditaan kaikkiin laitoksessa valmistettuihin eläinperäisiin elintarvikkeisiin. Tunnistusmerkki ei korvaa elintarvike-erän tunnusta, jonka tarkoituksena on yksilöidä samaan erään kuuluvat elintarvikkeet. Elintarvike-erä tuotetaan, valmistetaan tai pakataan käytännöllisesti katsoen samaan aikaan ja samalla tavalla. Erä on yleensä korkeintaan yhden päivän tuotannon suuruinen. Erätunnus voidaan korvata elintarvikkeen säilyvyysaikaan (parasta ennen / viimeinen käyttöajankohta / viimeinen käyttöpäivä) liittyvällä merkinnällä. Tämä edellyttää, että ilmoitetaan ainakin päivä ja kuukausi tässä järjestyksessä.

Osa 10, Esimerkkejä

Kysymykset

- Näet ravintolassa seuraavan kyltin lounasvaihtoehdoista. Arvioi, onko ravintolan lounaslistalla esitetty kaikki lainsäädännön vaatimat merkinnät.

Päivän lounas

Wieninleike ja perunamuusi	8,90 €
Kasvislasagne	7,90 €
Lohisalaatti	7,90 €
Ohukaiset ja mansikkahillo	2,50 €

Havaitsetko kyltissä puutteita? Oikeita vastauksia voi olla useita.

- Kyltissä ei ole puutteita
- Kyltissä on puutteita elintarvikkeen nimessä.
- Kyltissä on puutteita ainesosien ilmoittamisessa.
- Kyltissä on puutteita päiväysmerkinnöissä.
- Kyltissä on puutteita alkuperämaan ilmoittamisessa.
- Kyltissä on puutteita ravintoarvotiedoissa.

- Tehtävänäsi on laatia ainesosaluettelo pullapitkon pakkaukseen. Valitse ainesosille oikea järjestys.

- Maito 1000 g
- Hiiva 100 g
- Sokeri 300 g
- Kananmuna 110 g
- Suola 20 g
- Kardemumma 30 g
- Vehnäjauho 2000 g
- Rypsiöljy 350 g

- Ainesosaluettelo laadittaessa täytyy myös huomioida mahdolliset allergiaa ja intoleransseja aiheuttavat aineet. Valitse, mikä tai mitkä seuraavista pullapitkon ainesosista pitää korostaa ainesosaluettelossa.

- A. Maito
- B. Hiiva
- C. Sokeri
- D. Kananmuna
- E. Suola
- F. Kardemumma
- G. Vehnäjauho
- H. Rypsiöljy

Oikeat vastaukset

1. Vaihtoehto C ja E ovat oikein.
Lounasravintolan kyltissä on puutteita ainesosien ilmoittamisessa.
Kyltissä ei ole mainittu allergioita aiheuttavia aineita tai vaihtoehtoisesti sitä, että tiedot voi pyytää henkilökunnalta.

Esimerkkejä
 - Lasagnessa on tyypillisesti maitoa ja vehnää.
 - Wieninleikkeen paneroinnissa on tyypillisesti vehnää (korppujauhoja) ja kananmunaa sekä koristelussa anjovista.
 - Ohukaisissa on tyypillisesti maitoa, kananmunaa ja vehnää.
 - Lohisalaatissa kala-allergeeni käy ilmi jo nimestä, mutta mahdolliset muut allergiaa aiheuttavat aineet eivät.

Wieninleike on valmistettu tuoreesta nautanlihasta. Kyltissä tai muualla tarjoilupaikassa ei ole selkeästi ilmoitettu lihan alkuperämaata.

Muilta osin lounaslistassa on vaaditut merkinnät. Elintarvikkeen nimet ovat oikein muodostettuja.

Päiväysmerkintää tai ravintoarvotietoja ei vaadita pakkaamattomista elintarvikkeista tarjoilupaikassa.

2. Ainesosaluettelon oikea järjestys on tämä:
Ainekset: Vehnäjauho, maito, rypsiöljy, sokeri, kananmuna, hiiva, kardemumma, suola.
Ainesosat ilmoitetaan ainesosaluettelossa yhtenä kokonaisuutena valmistusajankohdan mukaisen painon mukaan alenevassa järjestyksessä.
3. Vaihtoehdot A, D ja G ovat oikein.
Allergiaa tai intoleranseja aiheuttavat aineet tulee korostaa pakkausmerkinnöissä.
Pullapitkon aineksista allergiaa aiheuttaviksi katsotaan vehnä, maito ja kananmuna.



RUOKAVIRASTO

Livsmedelsverket • Finnish Food Authority

PL 200, 00027 RUOKAVIRASTO

Vaihde 029 530 0400

ruokavirasto.fi