



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 numerotunnukseksi 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 ainesosaluetteloon 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.

Ravintoarvomerkinnojä 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.