

TCVN

TIÊU CHUẨN QUỐC GIA

TCVN 7088:2015
CAC/GL 2-1985, SỬA ĐỔI 2013 VÀ SOÁT XÉT 2015
Xuất bản lần 3

HƯỚNG DẪN GHI NHÃN DINH DƯỠNG

Guidelines on nutrition labelling

HÀ NỘI - 2015

Lời nói đầu

TCVN 7088:2015 thay thế TCVN 7088:2008;

TCVN 7088:2015 hoàn toàn tương đương với CAC/GL 2-1985, sửa đổi 2013 và soát xét 2015;

TCVN 7088:2015 do Ban kỹ thuật tiêu chuẩn quốc gia TCVN/TC/F3 *Nguyên tắc chung về vệ sinh thực phẩm* biên soạn, Tổng cục Tiêu chuẩn Đo lường Chất lượng thẩm định, Bộ Khoa học và Công nghệ công bố.

Lời giới thiệu

Mục đích của hướng dẫn ghi nhãn dinh dưỡng

Để đảm bảo việc ghi nhãn dinh dưỡng có hiệu quả trong việc:

- Cung cấp những thông tin chính xác về thực phẩm để khách hàng có sự lựa chọn một cách hợp lý, phù hợp với nhu cầu của họ;
- Cung cấp phương tiện truyền tải thông tin về thành phần dinh dưỡng của thực phẩm trên nhãn;
- Khuyến khích cách thức sử dụng hợp lý các nguyên tắc thực hành dinh dưỡng lành mạnh trong việc xây dựng công thức phối chế thực phẩm, từ đó mang lại lợi ích cho sức khỏe cộng đồng;
- Cung cấp các thông tin dinh dưỡng bổ sung trên nhãn.

Để đảm bảo việc ghi nhãn dinh dưỡng không mô tả một sản phẩm hoặc đưa ra những thông tin về sản phẩm đó một cách sai lệch, không cần thiết, gây hiểu nhầm hoặc lừa dối khách hàng dưới bất kỳ hình thức nào.

Để đảm bảo rằng tất cả những thông báo dinh dưỡng đều được ghi nhãn đúng.

Nguyên tắc ghi nhãn dinh dưỡng

A Công bố dinh dưỡng

Thông tin dinh dưỡng được ghi nhãn phải vì mục đích cung cấp cho khách hàng những chi tiết thích hợp về các thành phần dinh dưỡng của thực phẩm và các thành phần dinh dưỡng được coi là quan trọng. Thông tin dinh dưỡng phải chuyển tải những thông tin định lượng về các thành phần dinh dưỡng có trong sản phẩm, nhưng không được làm cho khách hàng tin rằng tồn tại một tỷ lệ chính xác về lượng các thành phần dinh dưỡng mà mỗi cá nhân nên ăn để duy trì sức khỏe. Sự mô tả lượng chính xác hơn cho từng cá nhân là không hợp lý, vì không có cách nào để dùng kiến thức về yêu cầu dinh dưỡng cho mỗi cá nhân để ghi nhãn.

B Thông tin dinh dưỡng bổ sung

Nội dung của thông tin dinh dưỡng bổ sung sẽ thay đổi tùy theo từng nhóm đối tượng.

C Ghi nhãn dinh dưỡng

Việc ghi nhãn dinh dưỡng không được hàm ý rằng thực phẩm được ghi nhãn dinh dưỡng có mọi ưu thế về dinh dưỡng so với thực phẩm đó khi không được ghi nhãn như vậy.

Hướng dẫn ghi nhãn dinh dưỡng

Guidelines on nutrition labelling

1 Phạm vi áp dụng

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

2 Thuật ngữ và định nghĩa

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

2.1

Ghi nhãn dinh dưỡng (nutrition labelling)

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

2.2

Nội dung ghi nhãn dinh dưỡng (nutrition labelling component):

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

2.3

Công bố dinh dưỡng (nutrition declaration)

Bản công bố đã được chuẩn hoá hoặc bảng liệt kê các thành phần dinh dưỡng của thực phẩm.

2.4

Thông báo dinh dưỡng (nutrition claim)

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

TCVN 7088:2015

- a) việc đề cập đến các chất trong bảng liệt kê các thành phần;
- b) việc đề cập đến các chất dinh dưỡng như một phần nội dung bắt buộc của việc ghi nhãn dinh dưỡng;
- c) công bố định tính hoặc định lượng về các chất dinh dưỡng hoặc các thành phần dinh dưỡng nhất định trên nhãn, nếu có quy định.

2.5

Chất dinh dưỡng (nutrient)

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

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

2.6

Giá trị dinh dưỡng tham chiếu (NRV) (nutrient reference values)¹

Một bộ các giá trị bằng số được dựa trên các dữ liệu khoa học dùng cho mục đích ghi nhãn dinh dưỡng và các công bố có liên quan, gồm hai loại giá trị dinh dưỡng tham chiếu sau đây:

Giá trị dinh dưỡng tham chiếu - các yêu cầu (NRV-R) (nutrient reference values - requirement)

Các giá trị dinh dưỡng tham chiếu được dựa vào các mức dinh dưỡng liên quan đến nhu cầu dinh dưỡng.

Giá trị dinh dưỡng tham chiếu - bệnh không lây nhiễm (NRV-NCD) (nutrient reference values - noncommunicable disease)

Các giá trị dinh dưỡng tham chiếu được dựa vào các mức dinh dưỡng liên quan đến việc giảm nguy cơ các bệnh không lây nhiễm liên quan đến chế độ ăn uống không bao gồm các bệnh thiếu dinh dưỡng hoặc rối loạn về dinh dưỡng.

2.7

Đường (sugars)

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

2.8

Xơ thực phẩm (dietary fibre)

Các polyme² cacbohydrat có mười hoặc nhiều hơn các đơn vị³ monome, không bị thủy phân bởi các enzym nội sinh trong ruột non của người và thuộc các nhóm sau:

¹ Xem thêm các Phụ lục đối với nguyên tắc chung về việc thiết lập các giá trị dinh dưỡng chuẩn.

² Khi có nguồn gốc từ thực vật, thì chất xơ có thể bao gồm các phân đoạn của lignin và/hoặc các hợp chất khác kết hợp với polysaccharides trong thành tế bào thực vật. Các hợp chất này cũng có thể đo được bằng phương pháp phân tích nào đó đối với chất xơ. Tuy nhiên, các hợp chất như vậy không được bao gồm trong định nghĩa của chất xơ nếu bị chiết tách ra rồi cho lại vào thực phẩm.

³ Việc có nên bao gồm các cacbohydrat từ 3 đến 9 đơn vị monome nên để cho cơ quan có thẩm quyền quyết định.

- polyme cacbohydrat ăn được có mặt tự nhiên trong thực phẩm;
- các polyme cacbohydrat được lấy từ các nguyên liệu thực phẩm thô bằng các biện pháp vật lý, enzym hay hóa học và đã cho thấy là có tác dụng sinh lý có lợi cho sức khỏe, đã được chứng minh và được cơ quan có thẩm quyền cho phép sử dụng;
- các polyme cacbohydrat tổng hợp cho thấy có tác dụng sinh lý có lợi cho sức khỏe, đã được chứng minh và được cơ quan có thẩm quyền cho phép sử dụng.

2.9

Axit béo không bão hòa đa (polyunsaturated fatty acid)

Các axit béo có các liên kết đôi được xen kẽ bởi nhóm metylen cấu hình cis-cis.

2.10

Axit béo trans⁴ (trans fatty acid)

Đối với mục đích của tiêu chuẩn ghi nhãn dinh dưỡng và các tiêu chuẩn, hướng dẫn có liên quan khác, các axit béo trans được định nghĩa là tất cả các đồng phân hình học của các axit béo không bão hòa đơn và các axit béo không bão hòa đa không liên hợp, bị gián đoạn bởi ít nhất một nhóm metylen, các liên kết đôi cacbon-cacbon với cấu hình trans.

3 Công bố chất dinh dưỡng

3.1 Áp dụng công bố chất dinh dưỡng

3.1.1 Công bố dinh dưỡng là bắt buộc đối với các thực phẩm đã thực hiện việc thông báo dinh dưỡng như nêu trong CAC/GL 23-1997 *Guidelines for Use of Nutrition and Health Claims (Hướng dẫn sử dụng dinh dưỡng và công bố về sức khỏe)*,

3.1.2 Việc công bố dinh dưỡng đối với các loại thực phẩm bao gói sẵn là bắt buộc. Một số thực phẩm có thể được miễn công bố, ví dụ ít dinh dưỡng hoặc lượng thực phẩm không đáng kể hoặc bao gói nhỏ.

3.2 Liệt kê các chất dinh dưỡng

3.2.1 Khi công bố dinh dưỡng thì các nội dung bắt buộc như sau:

3.2.1.1 Giá trị năng lượng và

3.2.1.2 Hàm lượng protein, cacbohydrat tiêu hoá được (nghĩa là cacbohydrat không chứa xơ thực phẩm), chất béo, chất béo bão hòa, natri⁵, đường tổng số; và

⁴ Đối với mục đích ghi nhãn dinh dưỡng, có thể xem xét gồm cả các axit béo trans cụ thể (TFA) trong định nghĩa của TFA nếu sẵn có dữ liệu khoa học mới.

⁵ Cơ quan có thẩm quyền có thể quyết định biểu thị tổng lượng natri trong muối tương đương như "muối".

TCVN 7088:2015

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

3.2.1.4 Hàm lượng chất dinh dưỡng khác được coi là có liên quan đến việc duy trì tình trạng dinh dưỡng tốt, theo quy định hiện hành hoặc các hướng dẫn⁶ ăn kiêng, nếu yêu cầu.

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

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

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

3.2.5 Nếu trên thực phẩm có thông báo về hàm lượng và/hoặc loại axit béo hoặc lượng cholesterol, thì phải công bố hàm lượng axit béo bão hòa, axit béo không bão hòa đơn, axit béo không bão hòa đa và cholesterol, hàm lượng axit béo trans cũng có thể phải công bố theo quy định, ngoài ra phải theo 3.2.1 và 3.4.7.

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

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

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

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

3.3 Tính toán các chất dinh dưỡng

3.3.1 Tính giá trị năng lượng

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

⁶ Các quốc gia có mức tiêu thụ các axit béo trans nên xem xét việc công bố các axit trans trong ghi nhãn dinh dưỡng.

Cacbohydrat	4 kcal/g tương đương 17 kJ
Protein	4 kcal/g tương đương 17 kJ
Chất béo	9 kcal/g tương đương 37 kJ
Etanol	7 kcal/g tương đương 29 kJ
Axit hữu cơ	3 kcal/g tương đương 13 kJ

3.3.2 Tính hàm lượng protein

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

Hàm lượng protein = Hàm lượng nitơ tổng số theo phương pháp Kjeldahl x 6,25

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

3.4 Trình bày hàm lượng chất dinh dưỡng

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

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

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

3.4.4 Thông tin định lượng về hàm lượng vitamin và chất khoáng phải được biểu thị bằng các đơn vị đo lường và/hoặc biểu thị theo tỷ lệ phần trăm của giá trị dinh dưỡng tham chiếu trên 100 g hoặc trên 100 ml thực phẩm hay trên mỗi bao gói nếu bao gói đó chỉ chứa một thành phần. Ngoài ra, cũng có thể tính theo khẩu phần sử dụng đã ghi trên nhãn hoặc theo mỗi khẩu phần khi số phần sử dụng có trong bao gói đó được công bố.

Ngoài ra, thông tin về protein và dinh dưỡng cũng có thể biểu thị theo phần trăm của NRV khi NRV đã được thiết lập.

TCVN 7088:2015

Các NRV dưới đây dành cho dân số nói chung được xác định là những trẻ trên 36 tháng. Chúng được sử dụng cho mục đích ghi nhãn để giúp người tiêu dùng lựa chọn để có một chế độ ăn uống lành mạnh.

Gồm có hai loại NRV: Giá trị dinh dưỡng tham chiếu - Các yêu cầu (NRV-R) và giá trị dinh dưỡng tham chiếu - bệnh không lây nhiễm (NRV-NCD).⁷

3.4.4.1 NRV-R

Các vitamin	
Vitamin A (µg)	800*
Vitamin D (µg)	5**
Vitamin C (mg)	100
Vitamin K (µg)	60
Các vitamin	
Thiamin (mg)	1,2
Riboflavin (mg)	1,2
Niacin (mg NE)	15**
Vitamin B6 (mg)	1,3
Folate (µg DFE)	400
Vitamin B12 (µg)	2,4
Pantothenate (mg)	5
Biotin (µg)	30
Chất khoáng	
Calcium (mg)	1,000
Magie (mg)	300
Sắt (mg)	14
Kẽm (mg)**	11 [hấp thụ thức ăn 30 %; thức ăn hỗn hợp và thức ăn dùng cho chế độ ăn kiêng, không tính đến các loại hạt ngũ cốc chưa tinh chế hoặc hạt ngũ cốc có tỷ lệ chiết xuất cao (> 90 %) bột] 14 (hấp thụ thức ăn 22 %; thức ăn từ ngũ cốc, với > 50 % năng lượng từ hạt ngũ cốc hoặc các loại đậu và một lượng không đáng kể protein động vật được ăn vào)

⁷ Nguyên tắc chung và các định nghĩa có liên quan được sử dụng trong việc thiết lập các NRV này được xác định trong các Phụ lục A.

Iốt (μg)	150
Đồng	Các giá trị sẽ được thiết lập
Selen (μg)	60
Mangan (mg)	3
Molybden (μg)	45
Chất khác	
Protein (g)	45
* Khi công bố hàm lượng β -caroten (provitamin A) phải sử dụng hệ số chuyển đổi: 1 μg retinol = 6 μg β -caroten".	

Hệ số chuyển đổi đối với niacin và folat tương đương

Vitamin	Thực ăn tương đương	
Niacin	1 mg đương lượng niacin (NE) =	1 mg niacin 60 mg tryptophan
Folat	1 μg đương lượng folat (DFE) =	1 μg folat thực phẩm 0,6 μg axit folic bổ sung vào thức ăn hoặc như chất bổ sung vào thực phẩm 0,5 μg axit folic bổ sung vào dạ dày rỗng

Các hệ số chuyển đổi đối với vitamin tương đương trong Bảng sẽ hỗ trợ cung cấp thông tin cho các cơ quan có thẩm quyền để xác định việc áp dụng NRV.

3.4.4.2 NRV-NCD

Mức ăn vào không được vượt quá:

Axit béo bão hòa 20 g^{8,9}

Natri 2 000 mg¹⁰

Mức ăn vào đạt được:

Kali 3 500 mg¹⁰

⁸ Giá trị này dựa vào năng lượng tham chiếu ăn vào 8370 kJ/2000 kcal.

⁹ Việc lựa chọn các chất dinh dưỡng này để thiết lập NRV là dựa vào "bằng chứng thuyết phục" đối với mối quan hệ có nguy cơ về NCD như được xác định trong báo cáo *Chế độ ăn uống, dinh dưỡng và ngăn ngừa các bệnh mãn tính*. Bộ báo cáo kỹ thuật 916 của WHO, 2003.

¹⁰ Việc lựa chọn các chất dinh dưỡng này để thiết lập NRV dựa trên bằng chứng "có chất lượng cao" về mối quan hệ với dấu ấn sinh học (biomarker) đối với nguy cơ NCD ở người như đã báo cáo trong Hướng dẫn của WHO năm 2012 về natri và kali ăn vào của người lớn và trẻ em.

TCVN 7088:2015

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

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

"cacbohydrat... g, trong đó đường g"

Điều này có thể được ghi: "x" g

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

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

Có thể sử dụng mẫu ghi nhãn như sau:

Tổng chất béo		... g
trong đó	axit béo bão hòa	... g
	axit béo dạng trans	... g
	axit béo chưa bão hòa đơn	... g
	axit chưa bão hòa đa	... g
Cholesterol		... mg

3.5 Dung sai cho phép và sự phù hợp

3.5.1 Cần thiết lập các giới hạn dung sai cho phép liên quan đến sức khỏe cộng đồng, hạn sử dụng, độ chính xác của các phương pháp phân tích, sự thay đổi trong quá trình chế biến, tính không ổn định vốn có và sự biến đổi của chất dinh dưỡng trong sản phẩm và việc chất dinh dưỡng được bổ sung vào sản phẩm hay có mặt tự nhiên trong sản phẩm.

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

3.5.3 Trong các trường hợp, khi sản phẩm đã có tiêu chuẩn thì các yêu cầu về dung sai cho phép công bố dinh dưỡng được thiết lập phải ưu tiên theo tiêu chuẩn đó.

4 Nguyên tắc và tiêu chí ghi nhãn dinh dưỡng

4.1 Nguyên tắc chung

Khi việc ghi nhãn dinh dưỡng áp dụng bắt buộc hay tự nguyện, thì cần áp dụng các nguyên tắc của 8.1.1, 8.1.2, 8.1.3 và 8.2 trong TCVN 7087:2013 (CODEX STAN 1-1985, with Amendment 2010) *Ghi nhãn thực phẩm bao gói sẵn*. Các nội dung trong 8.1.1, 8.1.2 và 8.1.3 cần được áp dụng cho việc ghi nhãn dinh dưỡng bổ sung.

4.2 Quy định cụ thể về cách thể hiện

4.2.1 Những khuyến cáo này liên quan đến cách trình bày cụ thể để làm tăng tính rõ ràng của việc ghi nhãn dinh dưỡng. Tuy nhiên, cơ quan có thẩm quyền có thể xác định những biện pháp thể hiện thông tin dinh dưỡng bổ sung có tính đến cách tiếp cận và vấn đề thực tế và dựa trên nhu cầu của người tiêu dùng.

4.2.2 Định dạng: Hàm lượng dinh dưỡng cần được công bố bằng số, dưới dạng bảng. Trường hợp không có đủ khoảng trống để định dạng bảng, thì việc công bố chất dinh dưỡng có thể được trình bày theo dạng hàng ngang.

4.2.3 Các chất dinh dưỡng cần được công bố theo thứ tự cụ thể do các cơ quan có thẩm quyền qui định và phải nhất quán trên sản phẩm thực phẩm.

4.2.4 Font chữ: kiểu font, kiểu chữ và cỡ chữ tối thiểu cũng như việc sử dụng chỉ số trên và chỉ số dưới phải do các cơ quan có thẩm quyền quy định để đảm bảo việc nhãn dinh dưỡng được rõ ràng.

4.2.5 Sự tương phản: sự tương phản đáng kể nên được duy trì giữa chữ viết và nền sao cho thông tin về dinh dưỡng được rõ ràng.

4.2.6 Thể hiện chữ số: việc thể hiện chữ số về hàm lượng dinh dưỡng cần phải phù hợp với quy định tại 3.4.

5 Thông tin dinh dưỡng bổ sung

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

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

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

Phụ lục A

(Quy định)

Các nguyên tắc chung để thiết lập giá trị dinh dưỡng tham chiếu cho dân số nói chung

A.1 Giới thiệu

Những nguyên tắc áp dụng đối với việc thiết lập các giá trị dinh dưỡng tham chiếu (NRV) đối với dân số nói chung được xác định là trẻ trên 36 tháng. Những giá trị này có thể được sử dụng để giúp cho người tiêu dùng:

- 1) ước tính sự phân bố các sản phẩm đơn lẻ một cách tương đối để có một chế độ ăn uống lành mạnh;
- 2) so sánh hàm lượng dinh dưỡng giữa các sản phẩm.

Các chính phủ khuyến khích sử dụng các NRV, hoặc cách khác, thì xem xét sự phù hợp của các nguyên tắc chung dưới đây bao gồm cả các mức chứng cứ cần thiết và các yếu tố bổ sung cụ thể cho một quốc gia hoặc khu vực trong việc thiết lập giá trị tham chiếu đối với mục đích ghi nhãn. Ví dụ, ở cấp quốc gia, các giá trị về thể trọng đối với dân số nói chung có thể được thiết lập bằng các giá trị tham chiếu, dựa trên khoa học về lượng ăn vào hàng ngày của từng nhóm tuổi theo giới tính và tỷ lệ của mỗi nhóm. Ngoài ra, có thể thiết lập giá trị tham chiếu về việc ghi nhãn thực phẩm có tính đến các yếu tố đặc thù mà ảnh hưởng đến sự hấp thụ chất dinh dưỡng, cách sử dụng, hoặc các nhu cầu.

A.2 Định nghĩa

A.2.1

Giá trị tham chiếu ăn vào hàng ngày (Daily Intake Reference Values)

được sử dụng trong tiêu chuẩn này là các giá trị dinh dưỡng tham chiếu ăn vào do FAO/WHO cung cấp hoặc các cơ quan khoa học khác có thẩm quyền công nhận có thể xem xét thiết lập NRV dựa trên nguyên tắc và tiêu chí trong Điều 3. Các giá trị này có thể được biểu thị theo các cách khác nhau (ví dụ, giá trị đơn lẻ hoặc dải giá trị) và áp dụng cho dân số nói chung hoặc cho một nhóm người (ví dụ, các khuyến cáo đối với một độ tuổi cụ thể).

A.2.2

Mức dinh dưỡng riêng lẻ 98 (INL₉₈) (Individual Nutrient Level 98)¹¹

Giá trị tham chiếu của lượng ăn vào hàng ngày được ước tính để đáp ứng các yêu cầu về dinh dưỡng của 98 % người khỏe mạnh trong một giai đoạn cụ thể và trong nhóm giới tính cụ thể.

¹¹ Có thể sử dụng các thuật ngữ khác cho khái niệm này, ví dụ, khẩu phần dinh dưỡng khuyến cáo (RDA), khẩu phần dinh dưỡng khuyến cáo hàng ngày (RDA), nhu cầu dinh dưỡng chuẩn (RNI) hay nhu cầu chuẩn của dân số (PRI).

A.2.3**Lượng ăn vào mức trên (UL) (Upper Level of Intake)¹²**

Mức tối đa của lượng ăn vào thường xuyên từ tất cả các nguồn dinh dưỡng hoặc chất có liên quan được đánh giá là không có khả năng làm hưởng đến sức khỏe con người.

A.2.4**Phạm vi phân bố dinh dưỡng vĩ mô có thể chấp nhận được (AMDR) (Acceptable Macronutrient Distribution Range)**

Phạm vi lượng ăn vào cho một nguồn năng lượng cụ thể liên quan đến việc giảm nguy cơ bệnh không liên quan đến chế độ ăn uống trong khi cung cấp đầy đủ những chất dinh dưỡng cơ bản. Chất dinh dưỡng vĩ mô thường được biểu thị bằng phần trăm năng lượng đưa vào.

A.3 Nguyên tắc chung để thiết lập NRV**A.3.1 Chọn các nguồn dữ liệu thích hợp để thiết lập NRV**

A.3.1.1 Các giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày có liên quan do FAO/WHO cung cấp dựa trên đánh giá khoa học gần đây được coi là nguồn chính trong việc thiết lập NRV.

A.3.1.2 Các giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày có liên quan phản ánh quan điểm độc lập gần đây của khoa học, từ các cơ quan khoa học có thẩm quyền đã được công nhận khác với FAO/WHO cũng có thể được xem xét. Ưu tiên cao hơn dành cho các giá trị mà bằng chứng đã được đánh giá thông qua quan điểm hệ thống.

A.3.1.3 Các giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày cần phản ánh các khuyến cáo ăn vào đối với dân số nói chung.

A.3.2 Chọn các chất dinh dưỡng và cơ sở thích hợp đối với NRV**A.3.2.1 Chọn các chất dinh dưỡng và cơ sở thích hợp đối với NRV-R**

A.3.2.1.1 NRV-R cần được dựa vào mức dinh dưỡng riêng lẻ 98 (INL₉₈). Trong trường hợp không thiết lập được INL₉₈ cho một chất dinh dưỡng đối với một phân nhóm dinh dưỡng cụ thể, thì có thể xem xét sử dụng giá trị tham chiếu khác hoặc các phạm vi do các cơ quan khoa học có thẩm quyền công nhận thiết lập. Nguồn gốc của các giá trị này cần được xem xét theo từng trường hợp cụ thể.

A.3.2.1.2 NRV-R chung cần được xác định bằng cách tính giá trị trung bình đối với một nhóm người được chọn trên 36 tháng tuổi. NRV-R do Ủy ban Codex đưa ra là dựa trên dải tuổi áp dụng rộng nhất đối với mỗi nam giới và nữ giới trưởng thành.

A.3.2.1.3 Để thiết lập NRV-R này, cần loại trừ các giá trị dùng cho phụ nữ có thai và cho con bú.

A.3.2.2 Chọn các chất dinh dưỡng và cơ sở sử dụng thích hợp đối với NRV-NCD

A.3.2.2.1 Cần xem xét các tiêu chí sau đây khi chọn các chất dinh dưỡng để thiết lập NRV-NCD:

¹² Các quốc gia khác nhau có thể sử dụng các thuật ngữ khác cho khái niệm này.

TCVN 7088:2015

– Bằng chứng khoa học thuyết phục có liên quan¹³/ bằng chứng khoa học đã được chấp nhận chung¹⁴ hoặc mức so sánh bằng chứng phân loại theo cấp¹⁵ đối với mối quan hệ giữa chất dinh dưỡng và nguy cơ bệnh không lây nhiễm, bao gồm cả dấu chứng sinh học đã được đánh giá xác nhận đối với các nguy cơ bệnh tật, cho ít nhất một nhóm dân số chính (ví dụ: người lớn).

– Tầm quan trọng đối với sức khỏe cộng đồng của nguy cơ bệnh dinh dưỡng không lây nhiễm.

A.3.2.2.2 Bằng chứng khoa học có liên quan đã được xem xét đối với cả giá trị tham chiếu đối với lượng ăn vào hàng ngày phải sẵn có để xác định NRV-NCD là có thể áp dụng cho dân số nói chung.

A.3.2.2.3 Các giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày từ FAO/WHO hoặc các cơ quan khoa học có thẩm quyền khác đã được công nhận có thể được xem xét NRV-NCD bao gồm các giá trị thể hiện số lượng tuyệt đối hoặc phần trăm của năng lượng đưa vào.

A.3.2.2.4 Để áp dụng thực tế trong việc ghi nhãn dinh dưỡng, NRV-NCD đơn lẻ dùng cho dân số nói chung cần được thiết lập cho mỗi chất dinh dưỡng đáp ứng các nguyên tắc và tiêu chí trong Phụ lục này.

A.2.2.2.5 NRV-NCD dùng cho dân số nói chung nên được xác định từ các giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày đối với dân số nói chung hoặc người lớn, hoặc nếu theo giới tính là trung bình của nam giới trưởng thành và nữ giới trưởng thành.

A.3.2.2.6 Trường hợp tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày dựa trên phần trăm năng lượng đưa vào, thì các NRV-NCD đơn lẻ nên biểu thị bằng gam hoặc miligam dựa trên lượng ăn vào tham chiếu của các dân số nói chung là 8370 kJ/2000 kcal.

Cơ quan có thẩm quyền có thể sử dụng NRV-NCD dựa vào năng lượng đưa vào tham chiếu là 8370 kJ/2000 kcal, hoặc có thể lấy được các giá trị tham chiếu để ghi nhãn dinh dưỡng dựa vào năng lượng đưa vào tham chiếu mà xem xét các yếu tố cụ thể cho sản phẩm.

A.3.3 Xem xét các giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày đối với các mức trên

Việc thiết lập NRVs nói chung cần tính đến giá trị tham chiếu lượng ăn vào hàng ngày đối với các mức do FAO/WHO hoặc các tổ chức khoa học có thẩm quyền đã được công nhận khác thiết lập (Ví dụ mức ăn vào cao hơn, dải phân bố thành phần dinh dưỡng có thể chấp nhận được).

¹³ Ở thời điểm này nguyên tắc của hướng dẫn đang được soạn thảo, định nghĩa và tiêu chí về "bằng chứng thuyết phục" từ báo cáo của FAO / WHO đã được sử dụng trong chế độ ăn kiêng, dinh dưỡng và ngăn ngừa các bệnh mãn tính. Bộ báo cáo kỹ thuật của WHO 96. WHO, 2003.

¹⁴ Đối với những nguyên tắc chung này, bằng chứng thuyết phục/bằng chứng được chấp nhận được coi là đồng nghĩa.

¹⁵ Xem xét các hướng dẫn của WHO. Sổ tay phát triển hướng dẫn của WHO. Geneva, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), 2012 (http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/75146/1/9789241548441_eng.pdf).