

Sestava in hranilna vrednost živil za energijsko omejene diete

Podatki o sestavi in hranilni vrednosti se nanašajo na živila, pripravljena za uporabo, ki so v prometu kot taka ali se pripravijo za uporabo po navodilih proizvajalca.

1. Energijska vrednost

1.1. Energijska vrednost živil iz 1. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika, ne sme biti manjša od 3360 kJ (800 kcal) in ne sme presegati 5040 kJ (1200 kcal) za celotni dnevni obrok hrane.

1.2 Energijska vrednost živil iz 2. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika, ne sme biti manjša od 840 kJ (200 kcal) in ne sme presegati 1680 kJ (400 kcal) na obrok.

2. Beljakovine

2.1 Beljakovine, ki jih vsebujejo živila iz 1. in 2. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika morajo zagotavljati najmanj 25% in največ 50% celotne energijske vrednosti živila. Količina beljakovin v živilih iz 1. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika, ne sme presegati 125 g.

2.2 Zahteve za beljakovine iz prejšnje točke se nanašajo na tiste beljakovine, katerih kemični indeks je enak referenčnim beljakovinam, navedenim v Prilogi II, ki je sestavni del tega pravilnika. Če je kemični indeks nižji od 100% referenčne beljakovine, se mora količina beljakovin ustrezno zvišati. Kemični indeks beljakovin ne sme biti v nobenem primeru nižji od 80% indeksa referenčnih beljakovin.

2.3 "Kemični indeks" pomeni najnižje razmerje med količino posamezne esencialne aminokislina testne beljakovine in količino te aminokislina v referenčni beljakovini.

2.4 V vseh primerih je dodatek aminokislin dovoljen le za izboljšanje hranilne vrednosti beljakovin, in le v razmerjih, ki so potrebna za ta namen. Uporabljajo se lahko le aminokislina v L-obliki.

3. Maščobe

3.1 Energijska vrednost, pridobljena iz maščob, ne sme presegati 30% celotne energijske vrednosti živila.

3.2 Za živila iz 1. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika vsebnost linolne kisline (v obliki gliceridov) ne sme biti manjša od 4,5 g.

3.3. Za živila iz 2. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika vsebnost linolne kisline (v obliki gliceridov), ne sme biti manjša od 1 g.

4. Prehranska vlaknina

Vsebnost prehranske vlaknine v živilih iz 1. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika ne sme biti manjša od 10 g in ne sme presegati 30 g za vse dnevne obroke hrane.

5. Vitamini in minerali

5.1 Živila iz 1. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika morajo vsebovati najmanj 100% količin vitaminov in mineralov iz tabele I Priloge I.

5.2. Živila iz 2. točke drugega odstavka 1. člena tega pravilnika morajo na posamezen obrok zagotoviti najmanj 30% količin vitaminov in mineralov iz tabele I Priloge I, in najmanj 500 mg kalija.

Tabela I

	Enote	Količina
Vitamin A	(µg RE)	700
Vitamin D	(µg)	5
Vitamin E	(mg-TE)	10
Vitamin C	(mg)	45
Tiamin	(mg)	1,1
Riboflavin	(mg)	1,6
Niacin	(mg-NE)	18
Vitamin B ₆	(mg)	1,5
Folat	(µg)	200
Vitamin B ₁₂	(µg)	1,4
Biotin	(µg)	15
Pantotenska kislina	(mg)	3
Kalcij	(mg)	700
Fosfor	(mg)	550
Kalij	(mg)	3100
Železo	(mg)	16
Cink	(mg)	9,5
Baker	(mg)	1,1
Jod	(µg)	130
Selen	(µg)	55
Natrij	(mg)	575
Magnezij	(mg)	150
Mangan	(mg)	1 .