

Livsmedel som måste berikas

Stödande instruktion för Livsmedelsverket och kommuner

I Sverige är det obligatoriskt att berika vissa baslivsmedel med A och D-vitamin eller bara med D-vitamin. Här kan du läsa om vilka livsmedel det gäller och hur mycket vitaminer de måste innehålla.

Vissa baslivsmedel ska berikas

Livsmedelsverkets råd om bra matvanor visar hur man kan äta för att få i sig den mängd vitaminer och mineralämnen, protein, fett och kolhydrater som rekommenderas i näringsrekommendationerna. Men ibland kan andra åtgärder än kostråd behövas för att förbättra svenskarnas näringsintag. Därför har Livsmedelsverket infört nationella krav på berikning av vissa baslivsmedel vad gäller vitamin A och vitamin D.

I Sverige är det obligatoriskt att berika viss mjölk, fermenterad mjölk och motsvarande vegetabiliska och laktosfria alternativ med vitamin D samt margarin och matfetsblandningar med vitamin A och D.

Från och med den 16 maj 2018 gäller ny lagstiftning för obligatorisk berikning. Före dess gällde SLVFS 1983:2 Se avsnittet övergångsregler och LIVSFS 2018:5.

Övergångsregler

Bakgrunden till de nya kraven är att matvaneundersökningarna "Riksmaten Vuxna" 2010-11 och "Riksmaten Barn" 2003 visade att intaget av vitamin D i delar av befolkningen ligger på en för låg nivå i relation till rekommenderat intag som är 10 µg/dag i de nordiska näringsrekommendationerna (NNR 2012). Intaget är så pass lågt att sannolikheten är hög för att delar av befolkningen har ett för lågt intag av vitamin D.

De nya föreskrifterna innebär en utökning av den obligatoriska D-vitaminberikningen, dels genom högre halter, dels genom att fler livsmedel omfattas.

Följande gäller enligt LIVSFS 2018:5:

- Konsumtionsmjölk med en fetthalt på högst 3,0 viktprocent fett ska innehålla:
 - lägst 0,95 och högst 1,10 mikrogram vitamin D per 100 gram.
- Vegetabiliska och laktosfria produkter som innehåller högst 3,0 viktprocent fett och som är avsedda att användas som alternativ till konsumtionsmjölk ska innehålla:
 - lägst 0,95 och högst 1,10 mikrogram vitamin D per 100 gram.

Smaksatta produkter eller produkter med tillsatta sockerarter eller sötningsmedel omfattas inte av kraven ovan.

Med vegetabiliskt alternativ till konsumtionsmjölk avses att de har samma användningsområden som konsumtionsmjölken, till exempel som dryck och i matlagning.

- Fermenterad mjölk som innehåller högst 3,0 viktprocent fett ska innehålla:
 - lägst 0,75 och högst 1,10 mikrogram vitamin D per 100 gram.

Kravet ska inte tillämpas på ost. Inte heller smaksatta fermenterade mjölkprodukter, till exempel smaksatt yoghurt, omfattas. Däremot arbetar Livsmedelsverket med att ändra skrivningen i föreskrifterna så att även smaksatta fermenterade mjölkprodukter och alla laktosfria mjölkprodukter, som uppfyller kriterierna, ska komma att omfattas. Det är dock inget som hindrar att dessa produkter berikas frivilligt (med undantag av ekologiska produkter) till de halter vitamin D som anges i 5 § LIVSFS 2018:5.

- Vegetabiliska produkter som innehåller högst 3,0 viktprocent fett och som är avsedda att användas som alternativ till fermenterad mjölk ska innehålla:
 - lägst 0,75 och högst 1,10 mikrogram vitamin D per 100 gram.

Smaksatta vegetabiliska produkter enligt ovan omfattas inte. Däremot arbetar Livsmedelsverket med att ändra skrivningen i föreskrifterna så att även smaksatta vegetabiliska produkter ska komma att omfattas. Det är dock inget som hindrar att dessa produkter berikas frivilligt (med undantag av ekologiska produkter) till de halter vitamin D som anges i 5 § LIVSFS 2018:5.

- Margarin, matfettblandningar och motsvarande flytande produkter och produkter med andra fetthalter ska per 100 gram innehålla:
 - lägst 19,5 och högst 21,0 mikrogram vitamin D, och
 - lägst 900 och högst 1500 mikrogram vitamin A räknat som retinolekvivalenter, varav högst 400 mikrogram betakaroten.

Begreppen som används här ovanför definieras i olika lagstiftningar. Se 3 § LIVSFS 2018:5.

Kraven här ovanför gäller endast livsmedel som är avsedda att användas av slutkonsumenter eller storhushåll. Kravet gäller alltså inte till exempel en matfettblandning som säljs till ett annat företag för att enbart användas som en ingrediens i en bageriprodukt. Se 1 § LIVSFS 2018:5.

Ekologiska livsmedel som har producerats eller släppts ut på marknaden i ett annat EU-land eller EES-land måste uppfylla ovanstående berikningskrav för att få säljas i Sverige. Se 7 § LIVSFS 2018:5.

Undantag från reglerna

Det finns vissa produkter som berikningskraven ovan inte gäller för:

- icke-ekologiska livsmedel som har producerats eller släppts ut på marknaden i ett annat EU- eller EES-land,
- livsmedel som har producerats i Sverige men som inte ska släppas ut på marknaden här utan enbart i andra länder,
- livsmedel, som tillhör någon av ovanstående livsmedelkategorier, som tillåts ha ett högre innehåll av vitamin A eller vitamin D än vad som anges i LIVSFS 2018:5 på grund av ett godkännande som ett nytt livsmedel eller ny livsmedelsingrediens enligt förordning (EU) 2015/2283,
- livsmedel som primärproducenten levererar direkt till konsumenter vid primärproducentens anläggning, och
- livsmedel som produceras i små mängder. Med små mängder avses högst 1 500 ton per år med undantag för margarin, matfettblandningar och motsvarande flytande produkter och produkter med andra fetthalter där kravet är högst 25 ton per år.
Här gäller att produkterna som omfattas av 4 § LIVSFS 2018:5 räknas ihop för sig, produkterna som omfattas av 5 § räknas ihop för sig och produkterna som omfattas av 6 § räknas ihop för sig.

Se 7 och 8 §§ LIVSFS 2018:5.

Livsmedelsverket kan medge undantag (dispens) från berikningskraven enligt 4-6 §§. Se 9 § LIVSFS 2018:5.

Exempel på produkter som måste berikas

Var produkten är tillverkad, om den är ekologisk eller inte och i vilka volymer den är framställd har betydelse för om den omfattas av berikningskravet.

Exempel på produkter som omfattas av berikningskravet i 4 § LIVSFS 2018:5 (produktionsvolymen för alla produkter som omfattas av kraven är mer än 1500 ton per år)

- Naturell laktosfri mjölkdryck som innehåller högst 3,0 viktsprocent fett och som är tillverkad i Sverige.
- Naturell havredryck som innehåller högst 3,0 viktsprocent fett och som är tillverkad i Sverige.
- Ekologisk naturell sojadryck som innehåller högst 3,0 viktsprocent fett (oavsett tillverkningsland).
- Mjök med högst 3,0 viktsprocent fett och som är tillverkad i Sverige.
- Ekologisk mjök med 3,0 viktsprocent fett (oavsett tillverkningsland).

Exempel på produkter som omfattas av berikningskravet i 5 § LIVSFS 2018:5 (produktionsvolymen för alla produkter som omfattas av kraven är mer än 1500 ton per år)

- Naturell filmjök som innehåller högst 3,0 viktsprocent fett och som är tillverkad i Sverige.
- Naturell laktosfri yoghurt som innehåller högst 3,0 viktsprocent fett och som är tillverkad i Sverige. Det gäller bara yoghurt som gjorts laktosfri med hjälp av enbart laktasenzym.
- Naturell ekologisk yoghurt som innehåller högst 3,0 viktsprocent fett (oavsett tillverkningsland).

Exempel på produkter som omfattas av berikningskravet i 6 § LIVSFS 2018:5 (produktionsvolymen för alla produkter som omfattas av kraven är mer än 25 ton per år)

- Ett flytande margarin som är tillverkat i Sverige.
- Ett ekologiskt bordsmargarin (oavsett tillverkningsland).

Observera att margarin och matfettblandningar är föreskrivna beteckningar som regleras i förordning (EU) nr 1308/2013.

Föreskriven beteckning

Exempel på produkter som inte behöver berikas

Berikningskraven i LIVSFS 2018:5 gäller bara produkter som är avsedda för slutkonsumenter eller storhushåll. Det har även bland annat betydelse var produkten är tillverkad och om den är ekologisk eller inte.

Exempel på produkter som inte omfattas av berikningskraven

- Ett margarin som enbart är avsett för bagerier och inte för konsument eller storhushåll.
- En naturell yoghurt (ej ekologisk) med högst 3,0 viktprocent fett som inte är tillverkad i Sverige.
- Kvarg (färskost) eftersom kravet inte ska tillämpas på produkter som uppfyller definitionen av ost enligt Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:39) om mjölk och ost.

Exempel på produktionssituation som gör att vissa produkter inte omfattas av berikningskraven

Ett företag tillverkar bordsmargarin i volymer under 25 ton per år. Företaget tillverkar inga andra produkter som omfattas av berikningskraven i 6 § LIVSFS 2018:5. Däremot tillverkar företaget konsumtionsmjölk som innehåller högst 3,0 viktprocent fett i volymer över 1 500 ton per år. Bordsmargarinet behöver inte berikas men konsumtionsmjölken måste berikas.

Övergångsregler

LIVSFS 2018:5 gäller från och med den 16 maj 2018. För att företagen ska hinna anpassa sig till de nya berikningskraven får de äldre reglerna, SLVFS 1983:2, fortsätta att tillämpas under en övergångsperiod, till och med den 15 maj 2020. Produkter som tillverkats före den 16 maj 2020 enligt kraven i SLVFS 1983:2 får släppas ut på marknaden till dess de är slutsålda.

Senast uppdaterad 21 juni 2018 Ansvarig grupp LK_Team Redlighet