



**ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ**

# **ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΩΔΙΚΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΠΑΡΑΓΩΓΟΥ-ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΗ**



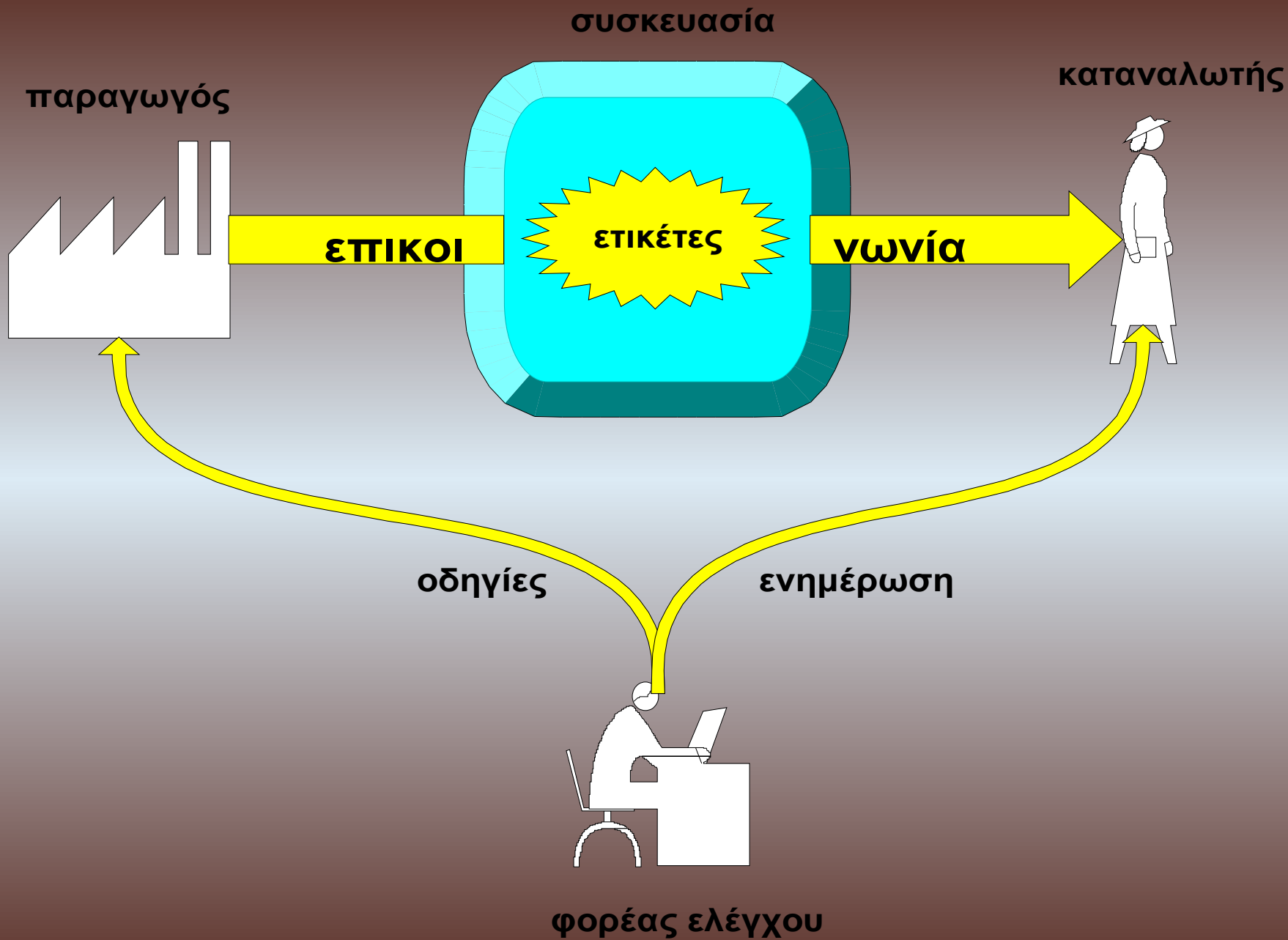
**Δρ. Μπόσκου Γεώργιος, Επίκουρος Καθηγητής  
Τμήμα Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής**

**Η επισήμανση είναι ένας ιδιαίτερος τομέας στο χώρο της συσκευασίας που αφορά την εξωτερική όψη κάθε συσκευασμένου προϊόντος.**

**Η συσκευασία και τα γραφικά στοιχεία σε αυτή είναι ουσιαστικά εργαλεία marketing.**

**Η επισήμανση είναι μέσο επικοινωνίας  
που επιτρέπει την άμεση επαφή  
του παραγωγού με τον καταναλωτή,  
παρακάμπτοντας τους ενδιάμεσους  
φορείς διακίνησης και εμπορίας.**

*Το μέσο είναι το μήνυμα!*



**Σήμερα επικρατεί ένας  
πλουραλισμός ετικετών, σημάτων,  
συμβόλων, ισχυρισμών,  
περιγραφών και άλλων γραφικών  
στοιχείων που εμφανίζονται στις  
συσκευασίες των τροφίμων.**

**Τα στοιχεία της  
επισήμανσης των  
τροφίμων είναι  
πάνω από 40**



TM

1. Εμπορική ονομασία

2. Λογότυπος

3. Καθαρό βάρος

4. Τιμή



**(80123456789**

(χωρίς χρέωση)

**5. Ονομασία και διεύθυνση εταιρείας**

**6. Γραμμή επικοινωνίας**

**7. Κωδικός μονάδας παραγωγής**

**(για νωπά προϊόντα)**

GR

1234/987

EU



**8. Περιγραφή προϊόντος**

**9. «Παράθυρο προϊόντος»**

**10. Απεικόνιση προϊόντος**

# **11. Συστατικά**

**(φθίνουσα σειρά περιεκτικότητας)**

# **12. Ποσοτική δήλωση συστατικού**

**(QUID)**

23/11/2005

L45687

13. ημερομηνία λήξης  
ημερομηνία παραγωγής
14. Αριθμός παρτίδας (lot nr.)
15. Κωδικός προϊόντος (barcode)



## **16. Ισχυρισμοί:**

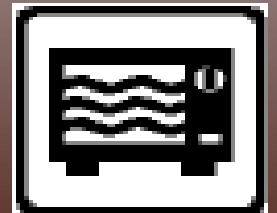
**κοινωνικοί (π.χ. νησιτισμο, kosher, halal),  
ποσοτικοί ή ποιοτικοί (σε σύγκριση με άλλα προϊόντα),  
οικονομικοί (σχετικά με τη τιμή του προϊόντος),  
διατροφικοί (σχετικά με κάποιο θρεπτικό συστατικό),  
λειτουργικοί (σχετικά με τη λειτουργία του οργανισμού)  
υγείας (σχετικά με την πρόληψη ασθένειας)  
γεωγραφικοί (για την προέλευση του προϊόντος)**

## **17. Διατροφική ετικέτα:**

**βάρος μερίδας, απόδοση σε θερμίδες της μερίδας αυτής, διατροφική ανάλυση σε μάκρο- και μικρο-θρεπτικά συστατικά, κάλυψη της συνιστώμενης ημερήσιας πρόσληψης από τα μικροθρεπτικά συστατικά, οδηγίες για ειδικές δίαιτες.**

**18. Προσφορές για τους καταναλωτές  
(διαγωνισμοί, κουπόνια δώρων)**

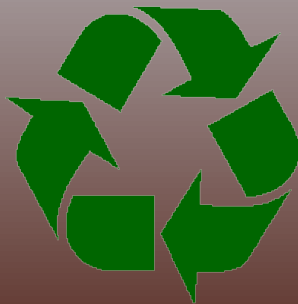
**19. Οδηγίες προς τους καταναλωτές  
για την μεταφορά, αποθήκευση, άνοιγμα,  
μαγείρεμα κτλ.**

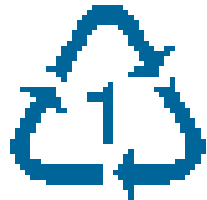
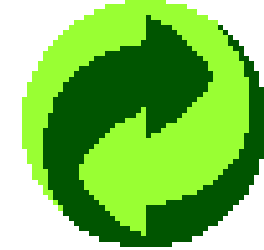
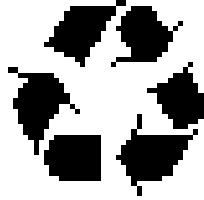
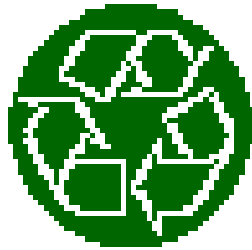
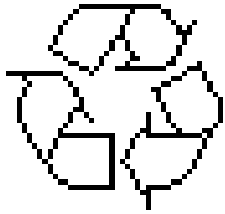




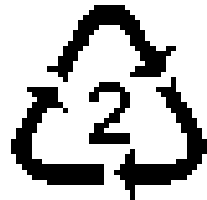
# **1. Οικολογική σήμανση**

**σχετική με την καθαριότητα των δημοσίων χώρων, τη χρήση περιβαλλοντικά φιλικών υλικών, την ανακύκλωση κτλ.**





PETE



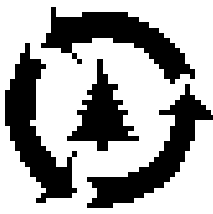
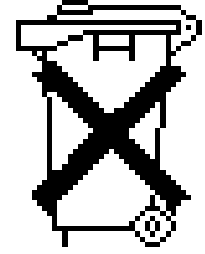
HDPE



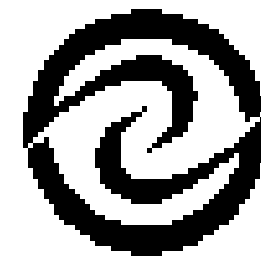
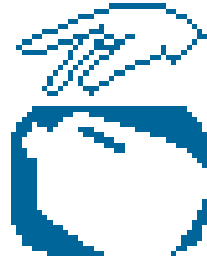
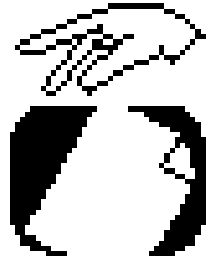
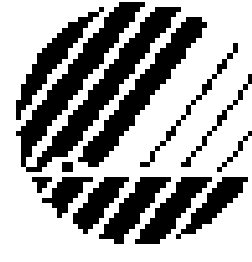
V



PE-LD



RECYCLED PAPER







# 1. Σήμανση για τη συσκευασία:

καταλληλότητα του υλικού για επαφή με τρόφιμα, εμπορικό σήμα τεχνολογικής πατέντας, τεχνικά σήματα για την τελική συναρμογή και εκτύπωση της συσκευασίας, οδηγίες χρήσης προς του καταναλωτές





# 1. Σήματα ποιότητας

σχετικά με το προϊόν (ΠΟΠ, ΠΓΕ, ΕΠΠΕ)





**23. Σήμανση για τα βιολογικά προϊόντα**

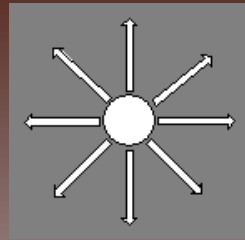
**24. Σήμανση για γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς**

**"Το παρόν προϊόν περιέχει γενετικώς τροποποιημένους οργανισμούς"**

**"Το παρόν προϊόν περιέχει γενετικώς τροποποιημένο ....."**

FOOD  
GMO  
FREE  
INGREDIENTS





**25. Σήμανση για τη ασφάλεια χρήσης  
ή τεχνικής πιστότητας**

**26. Σήμανση για τρόφιμα που έχουν  
ακτινοβοληθεί**



## **27. Αυτοκόλλητες ετικέτες**

**(περιέχουν κάποια στοιχεία από τα προηγούμενα όταν αυτά δεν είναι τυπωμένα στη συσκευασία)**

**Σύμφωνα με τον Κώδικα Τροφίμων και Ποτών η επισήμανση δεν πρέπει:**

- να οδηγεί σε πλάνη όσον αφορά τα χαρακτηριστικά του τροφίμου**
- να αποδίδει στο τρόφιμο ιδιότητες που δεν έχει**
- να παρουσιάζει ως ιδιαίτερα, χαρακτηριστικά που έχουν παρόμοια τρόφιμα**
- να αποδίδει στο τρόφιμο ιδιότητες πρόληψης, αγωγής ή θεραπείας ασθενειών**



# Ιχνηλασιμότητα

Η ιχνηλασιμότητα είναι απαραίτητη στην ανάκληση ελαττωματικών προϊόντων.

Τα απαραίτητα στοιχεία είναι:

1. Η εμπορική ονομασία και ο κωδικός του προϊόντος
2. Η ονομασία και η διεύθυνση της εταιρίας παραγωγής
3. Η ημερομηνία λήξης μαζί με τον αριθμό παρτίδας
4. Στοιχεία για το χώρο, ημερομηνία και ώρα όπου εντοπίστηκε το ελαττωματικό προϊόν



# Πρόσθετα Τροφίμων

- A) Για να διατηρήσουν ή και να βελτιώσουν τη διατροφική αξία του τροφίμου.**
- B) Για τη συντήρηση, ασφάλεια και διατήρηση ποιότητας του τροφίμου**
- Γ) Για να βοηθήσουν την επεξεργασία και τυποποίηση του τροφίμου**
- Δ) Για να κάνουν το τρόφιμο πιο ελκυστικό στους καταναλωτές**

# Οι κατηγορίες των πρόσθετων είναι 26:

*Οξέα, Βάσεις, Άλατα ρυθμιστικά του pH, Αντιοξειδωτικά, Λευκαντικά, Αντιμικροβιακά, Γαλακτωματοποιητές, Χρώματα, Σταθεροποιητές χρωμάτων, Διαυγαστικά, Ενισχυτικά γεύσης, Ευχυμικές ουσίες, Σταθεροποιητές, παχυρευστοποιητές, Ένζυμα, Σκληρυντές, Αποαφριστικά, Πρόσθετα που σχηματίζουν χηλικές ενώσεις, Πρόσθετα που δίνουν όγκο, Πρόσθετα κόνεων και κοκκωδών υλικών, Αέρια και αφριστικά, Υγροσκοπικά, Γλυκαντικές ύλες, Διατροφικά συμπληρώματα, Διογκωτικά αρτοποιίας, Θρεπτικές ύλες ζυμών, Λιπαντικά και υλικά επικάλυψης*

**Η σήμανση με τον κωδικό αριθμό E επιβάλλει την αναγραφή της κατηγορίας μαζί με το κωδικό E χωρίς να αναφέρεται απαραίτητα το όνομα του προσθέτου.**

**Η χρήση των προσθέτων πρέπει να εντάσσεται στις αντίστοιχες διατάξεις του Κώδικα Τροφίμων και Ποτών.**

# Διατροφική ετικέτα

(είναι προαιρετική)

**Ομάδα 1.: Η ενεργειακή αξία και η ποσότητα των πρωτεϊνών, των υδατανθράκων και των λιπαρών υλών.**

**Ομάδα 2.: Η ενεργειακή αξία και η ποσότητα των πρωτεϊνών, των υδατανθράκων, των σακχάρων, των λιπαρών υλών, των κορεσμένων λιπαρών οξέων, των εδώδιμων ινών και του νατρίου.**

# Διατροφική ετικέτα

**Μπορεί επίσης να περιλαμβάνει τις ποσότητες ενός ή περισσοτέρων από τις ακόλουθες ουσίες:**

**- υδατάνθρακες ... από τα οποία: άμυλο, πολυόλες, σάκχαρα...**

**- λιπαρές ύλες... από τις οποίες: κορεσμένα, μονοακόρεστα, πολυακόρεστα, λιπαρά οξέα, χοληστερόλη...**

**- βιταμίνες ή ανόργανα άλατα.**

# Διατροφικοί ισχυρισμοί

**ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΘΕΡΜΙΔΕΣ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 40Kcal (170 KJ)/100g και λιγότερο από 20Kcal (80KJ)/100mL.\*

**ΛΙΓΟΤΕΡΕΣ ΘΕΡΜΙΔΕΣ** όπου μειώνεται κατά τουλάχιστον 30%, με αναφορά του μειωμένου συστατικού στο οποίο οφείλεται αυτό.

**ΧΩΡΙΣ ΘΕΡΜΙΔΕΣ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 4Kcal (17KJ)/100mL. \*

**ΧΑΜΗΛΗ ΠΕΡΙΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΕ ΛΙΠΑΡΑ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 3g του λίπους ανά 100g ή 1.5g του λίπους ανά 100mL. \*

**ΧΩΡΙΣ ΛΙΠΟΣ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 0.5g του λίπους ανά 100g ή 100mL. Οι αξιώσεις που εκφράζονται ως "X% χωρίς λίπος" απαγορεύονται. \*

**ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΚΟΡΕΣΜΕΝΑ ΛΙΠΑΡΑ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 1.5g του κορεσμένου λίπους ανά 100g για τα στερεά ή 0.75g ανά 100ml για τα υγρά και σε καθεμία περίπτωση το κορεσμένο λίπος δεν πρέπει να παρέχει περισσότερο από 10% της ενέργειας. \*

**ΧΩΡΙΣ ΚΟΡΕΣΜΕΝΑ ΛΙΠΑΡΑ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 0.1g του κορεσμένου λίπους ανά 100g ή 100mL. \*

**ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΖΑΧΑΡΗ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 5g σακχαρόζη ανά 100g ή 100mL. \*

**ΧΩΡΙΣ ΖΑΧΑΡΗ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 0.5g σακχαρόζη ανά 100g ή 100mL. \*

**ΧΩΡΙΣ ΤΗΝ ΠΡΟΣΘΗΚΗ ΖΑΧΑΡΗΣ** όπου το προϊόν δεν περιέχει οποιαδήποτε προστιθέμενη γλυκαντική ύλη.



**ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΝΑΤΡΙΟ ή ΑΛΑΤΙ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 0.12g του νατρίου, ή το ισοδύναμο σε αλάτι, ανά 100g ή ανά 100mL. \*

**ΠΟΛΥ ΧΑΜΗΛΟ ΣΕ ΝΑΤΡΙΟ ή ΑΛΑΤΙ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 0.04g του νατρίου, ή την ισοδύναμο σε αλάτι, ανά 100g ή ανά 100mL. \*

**ΧΩΡΙΣ ΝΑΤΡΙΟ ή ΑΛΑΤΙ** όπου το προϊόν περιέχει λιγότερο από 0.005g του νατρίου, ή το ισοδύναμο σε αλάτι, ανά 100g. \*

**ΠΗΓΗ ΦΥΤΙΚΩΝ ΙΝΩΝ** όπου το προϊόν περιέχει τουλάχιστον 3g φυτικών ινών ανά 100g ή τουλάχιστον 1.5g ανά 100Kcal. \*

**ΠΛΟΥΣΙΟ ΣΕ ΦΥΤΙΚΕΣ ΙΝΕΣ** όπου το προϊόν περιέχει τουλάχιστον 6g φυτικών ινών ανά 100g ή τουλάχιστον 3g ανά 100Kcal. \*

**ΠΗΓΗ ΠΡΩΤΕΪΝΩΝ** όπου τουλάχιστον 12% της θερμιδικής αξίας των τροφίμων παρέχεται από πρωτεΐνες. \*.

**ΥΨΗΛΟ ΣΕ ΠΡΩΤΕΪΝΕΣ** όπου τουλάχιστον 20% της θερμιδικής αξίας των τροφίμων παρέχεται από πρωτεΐνες. \*

**ΦΥΣΙΚΗ ΠΗΓΗ ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ ή/και  
ΙΧΝΟΣΤΟΙΧΕΙΩΝ όπου το προϊόν περιέχει  
τουλάχιστον 15% της συνιστώμενης  
ημερήσιας πρόσληψης ανά 100g ή 100mL.**

**ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΕΝΟ ή ΕΝΙΣΧΥΜΕΝΟ ΣΕ  
ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ή/και ΙΧΝΟΣΤΟΙΧΕΙΑ όπου το  
προϊόν περιέχει βιταμίνες ή/και  
ιχνοστοιχεία σε ένα σημαντικό ποσοστό.**

**ΥΨΗΛΟ ΣΕ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ή/και  
ΙΧΝΟΣΤΟΙΧΕΙΑ όπου το προϊόν περιέχει  
τουλάχιστον δύο φορές την αξία "της πηγής  
βιταμινών και ιχνοστοιχείων". \***

**ΠΕΡΙΕΧΕΙ ... (όνομα της ουσίας) όπου το προϊόν περιέχει κάποιο ιδιαίτερο συστατικό σε ένα σημαντικό ποσοστό. \***

**ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΣΕ ... (όνομα του θρεπτικού συστατικού) όπου η αύξηση στο περιεχόμενο είναι τουλάχιστον 30%.**

**ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΣΕ ... (όνομα του θρεπτικού συστατικού) όπου η μείωση στο περιεχόμενο είναι τουλάχιστον 30% για τα μακρο- και 10% για τα μικροθρεπτικά συστατικά.**

**LIGHT (ΛΑΪΤ) αντίστοιχα με τον όρο ΛΙΓΟΤΕΡΟ με αναφορά του συστατικού ή της ιδιότητας στο οποίο οφείλεται αυτό.**

**\*Ο όρος "ΦΥΣΙΚΑ" μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως πρόθεμα σε αυτήν την αξίωση, εφόσον είναι αληθής.**

## Επισήμανση αλλεργιογόνων τροφίμων.

**η αναλυτική αναγραφή όλων των συστατικών των τροφίμων, ώστε οι καταναλωτές να γνωρίζουν την ύπαρξη ακόμη και των συστατικών που περιλαμβάνονται σε ποσοστό μικρότερο του 25% στο τρόφιμο.**

**η αναγραφή των συστατικών με την ονομασία τους και όχι με αναφορά στην κατηγορία του συστατικού. Έτσι, για παράδειγμα, αντί να αναγράφεται "φυτικό λίπος" θα αναγράφεται "φυστικέλαιο".**

**η αναγραφή όλων των αλλεργιογόνων συστατικών και στα αλκοολούχα ποτά., και ειδικά η επισήμανση θειωδών ενώσεων και διοξειδίου του θείου, που περιέχονται σε αλκοολούχα ποτά και τα οποία προκαλούν δυσανεξία.**

- 1 Δημητριακά που έχουν γλουτένη (σιτάρι, σίκαλι, καλαμπόκι, βρώμη, κριθάρι)**
- 2 Ψάρια**
- 3 Οστρακόδερμα (μύδια, στρείδια, γαρίδες, κ.λ.π)**
- 4 Αυγά**
- 5 Σόγια**
- 6 Γάλα**
- 7 Φιστίκια**
- 8 Ξηροί καρποί με κέλυφος**
- 9 Σέλινο**
- 10 Μουστάρδα και προϊόντα με βάση το σινάπι**
- 11 Σπόροι σησαμιού**
- 12 Θειώδεις ενώσεις**
- 13 Λούπινο**
- 14 Μαλάκια (σαλιγκάρι, χταπόδι, σουπιά κτλ)**

# EUROPA - FOOD SAFETY - LABELLING & NUTRITION

[http://ec.europa.eu/food/safety/labelling\\_nutrition/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/index_en.htm)

## ΕΝΙΑΙΟΣ ΦΟΡΕΑΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

<http://www.efet.gr>



## ΓΕΝΙΚΟ ΧΗΜΕΙΟ ΤΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ

(κώδικας τροφίμων & ποτών)

<http://www.gcsi.gr>

**1520** Γραμμή Καταναλωτή  
Παράτονα Καταγγελίες Ερωτήσεις

Γενική Γραμματεία Καταναλωτή  
<http://www.efpolis.gr/>



# Διαβάστε τις ετικέτες!



The Food Jokey