

**Statens livsmedelsverks kungörelse  
med föreskrifter och allmänna råd om  
vissa livsmedel avsedda att användas i  
energibegränsad kost för viktminskning;**

**SLV FS 1997:30**

(H 376)

Utkom från trycket  
1997-09-19

beslutad den 5 september 1997.

Med stöd av 5, 19, 25 och 28 §§ livsmedelsförordningen (1971:807)<sup>1</sup> beslutar Statens livsmedelsverk följande regler.

## **Tillämpningsområde m.m.**

**1 §** Denna kungörelse innehåller regler om komplett kostersättning för viktkontroll samt måltidsersättning för viktkontroll, d.v.s vissa livsmedel avsedda att användas i energibegränsad kost för viktminskning.

Kungörelsen gäller inte livsmedel med mycket lågt energiinnehåll för viktkontroll.

### ***Allmänna råd***

*Denna kungörelse gäller inte livsmedel med mycket lågt energiinnehåll (mindre än 800 kcal per dygnsdos) för viktkontroll, s.k. very low energy diets (VLCD). För att saluhålla sådana produkter erfordras särskilt tillstånd av Livsmedelsverket.*

*För vissa livsmedel avsedda att användas i energibegränsad kost för viktminskning gäller även Livsmedelsverkets kungörelse (SLV FS 1993:31) med föreskrifter och allmänna råd om livsmedel för särskilda näringsändamål. Bestämmelser om livsmedelstillsatser finns i Livsmedelsverkets kungörelse om livsmedelstillsatser.*

---

<sup>1</sup>Förordningen omtryckt 1990:310. Senaste lydelse av 25 och 28 §§ 1993:1376. Jfr kommissionens direktiv 96/8/EG (EGT L 55, 6.3.96 s. 22) och parlamentets och rådets direktiv 96/84/EG (EGT L 48, 19.2.97 s. 20).

*Marknadsföring av livsmedel avsedda att användas i energibegränsad kost för viktminskning omfattas av bestämmelserna i marknadsföringslagen (1995:450).*

2 § I denna kungörelse förstås med

- **livsmedel avsedda att användas i energibegränsad kost för viktminskning**; livsmedel med en särskild sammansättning som, när de används i enlighet med tillverkarens anvisningar, ersätter hela dagsransonen eller delar av dagsransonen,
- **komplett kostersättning för viktkontroll**; produkter som presenteras och saluhålls som ersättning för hela dagsransonen,
- **måltidsersättning för viktkontroll**; produkter som presenteras och saluhålls som ersättning för en eller flera måltider inom ramen för dagsransonen.

### **Sammansättning m.m.**

3 § Produkterna skall ha den sammansättning och beskaffenhet som framgår av denna kungörelse. Kraven i *bilagorna 1 och 2* om produkternas sammansättning och beskaffenhet i övrigt skall gälla som livsmedelsstandard enligt 7 § livsmedelslagen (1971:511).

4 § De i 2 § angivna beteckningarna komplett kostersättning för viktkontroll och måltidsersättning för viktkontroll fastställs som förbehållna livsmedelsbeteckningar enligt 15 § livsmedelslagen (1971:511).

### **Märkning m.m.**

5 § Utöver de märkningsuppgifter som skall anges enligt 5 § första stycket och andra stycket punkten 1 kungörelsen (SLV FS 1993:31) med föreskrifter och allmänna råd om livsmedel för särskilda näringsändamål skall förpackning med livsmedel avsedda att användas i energibegränsad kost för viktminskning vara märkt med följande uppgifter.

1. Energiinnehåll uttryckt i kilojoule (kJ) och kilokalorier (kcal) samt uppgift om mängden av protein, kolhydrat och fett per angiven kvantitet av den konsumtionsfärdiga varan.

2. Numeriskt angivande av genomsnittshalten av varje mineral och vitamin som omfattas av föreskrivna krav i punkt 5 *bilaga 1* per angiven kvantitet av konsumtionsfärdig vara.

3. Anvisningar om lämplig tillredning och en upplysning om vikten av att följa dessa anvisningar i förekommande fall.

4. Om nyttjandet av en produkt enligt tillverkarens anvisningar innebär en daglig konsumtion av mer än 20 g polyoler skall anges att livsmedlet kan verka laxerande.

5. En anmärkning om vikten av att upprätthålla ett tillräckligt dagligt vätskeintag.

**6 §** För måltidsersättning för viktkontroll skall märkningen utöver vad som framgår av 5 § innehålla uppgifter om de vitaminer och mineraler som anges i punkt 5 *bilaga 1*, uttryckt i procent av de värden som anges i *bilaga 3*.

**7 §** För måltidsersättning för viktkontroll skall märkningen utöver vad som framgår av 5 - 6 §§ innehålla en uppgift att produkten är lämpad för sitt ändamål endast som en del i en energibegränsad kost och att andra livsmedel bör ingå i denna kost.

**8 §** För komplett kostersättning för viktkontroll skall utöver vad som framgår av 5 § följande uppgifter anges på produkten,

- uppgift om att produkten innehåller tillräcklig dagsmängd av alla viktiga näringsämnen,
- uppgift om att produkten inte bör nyttjas längre tid än tre veckor utan att medicinska råd inhämtas.

### ***Allmänna råd***

*Det är önskvärt att i märkningen informera om att produkten inte är avsedd som enda näringskälla för barn, ungdomar, gravida eller ammande kvinnor eller personer med stort ätbeteende.*

**9 §** Märkning och presentation av livsmedel avsedda att användas i energibegränsad kost för viktminskning får inte innehålla någon uppgift om

- hur snabb eller hur stor viktminskning som kan förväntas, eller
- nedsatt hungerkänsla eller ökad mättnadskänsla.

**10 §** De enskilda beståndsdelar som tillsammans utgör komplett kostersättning för viktkontroll skall vid saluhållande ingå i en och samma förpackning.

**11 §** Föreskrifterna i 3 § om sammansättning av komplett kostersättning för viktkontroll och måltidsersättning för viktkontroll gäller inte sådana produkter för vilka Europeiska kommissionen, med stöd av artikel 4 punkten 1a direktiv 89/398/EEG, har beslutat tillåta saluhållande under viss tid.

### *Allmänna råd*

*Enligt direktiv 96/84/EG kan kommissionen, efter samråd med bl.a. Vetenskapliga livsmedelskommittén, meddela tidsbegränsade tillstånd att saluhålla livsmedel som inte uppfyller kraven om sammansättning i denna kungörelse. Kommissionens tillstånd kan avse en period om två år. Kommissionen får i tillståndsbeslutet ange vilka särskilda märkningskrav som skall gälla med anledning av den ändrade sammansättningen.*

**12 §** Livsmedelsverket kan medge undantag (dispens) från föreskrifterna i denna kungörelse.

---

Denna kungörelse träder i kraft den 1 oktober 1997. Äldre bestämmelser får tillämpas till utgången av mars 1999.

ARNE KARDELL

Anita Janelm  
(Normenheten)



## **Sammansättning av livsmedel avsedda att användas i energi- begränsad kost för viktminskning**

Föreskrifterna i denna bilaga avser konsumtionsfärdiga varor som saluhålls som sådana eller som färdigställs enligt tillverkarens anvisningar.

### **1. Energi**

**1.1** Energiinnehållet i produkter som saluhålls som komplett kostersättning för viktkontroll får inte understiga 3360 kJ (800 kcal) och inte överstiga 5040 kJ (1200 kcal) per total dagsration.

**1.2** Energiinnehållet i produkter som saluhålls som måltidsersättning för viktkontroll får inte understiga 840 kJ (200 kcal) och inte överstiga 1680 kJ (400 kcal) per måltid.

### **2. Protein**

**2.1** Proteininnehållet i de produkter som saluhålls som komplett kostersättning för viktkontroll och måltidsersättning för viktkontroll skall utgöra minst 25 procent och högst 50 procent av produktens totala energiinnehåll.

Proteininnehållet i produkter som saluhålls som komplett kostersättning för viktkontroll får inte överstiga 125 g.

**2.2** Föreskrifterna i punkten 2.1 om proteiner avser ett protein vars kemiska index motsvarar det index som anges för FAO/WHO:s referensprotein (1985) i bilaga 2. Om det kemiska indexet är lägre än 100 procent av referensproteinets bör proteinets miniminivå höjas i motsvarande grad. Proteinets kemiska index skall minst motsvara 80 procent av referensproteinets.

**2.3** Med kemiskt index avses det lägsta förhållandet mellan mängden av varje essentiell aminosyra som ingår i testproteinets och mängden av de motsvarande aminosyrorna i referensproteinets.

**2.4** Tillsats av aminosyror är tillåten endast för att förbättra proteinernas näringsvärde och endast i den utsträckning som krävs för detta ändamål.

### **3. Fett**

**3.1** Fetthalten får inte överstiga 30 procent av produktens totala energiinnehåll.

**3.2** För produkter som saluhålls som komplett kostersättning för viktkontroll skall linolsyramängden (i form av glycerider) vara minst 4,5 g.

**3.3** För produkter som saluhålls som måltidsersättning för viktkontroll skall linolsyramängden (i form av glycerider) vara lägst 1 g.

### **4. Kostfiber**

För produkter som saluhålls som komplett kostersättning för viktkontroll skall kostfibermängden vara lägst 10 g och högst 30 g per dagsranson.

### **5. Vitaminer och mineraler**

**5.1** Produkter som saluhålls som komplett kostersättning för viktkontroll skall, såsom ersättning för hela dagsransonen, innehålla minst 100 procent av de mängder vitaminer och mineraler som anges i tabellen nedan.

**5.2** Produkter som saluhålls som måltidsersättning för viktkontroll skall per måltid innehålla minst 30 procent av de mängder vitaminer och mineraler som anges i tabellen nedan. Kaliuminnehållet i dessa produkter skall dock uppgå till minst 500 mg per måltid.

**Tabell**


---

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 B6	(mg)	1,5
Folat	(µg)	200
Vitamin B12	(µg)	1,4
Biotin	(µg)	15
Pantotensyra	(mg)	3
Kalcium	(mg)	700
Fosfor	(mg)	550
Kalium	(mg)	3100
Järn	(mg)	16
Zink	(mg)	9,5
Koppar	(mg)	1,1
Jod	(µg)	130
Selen	(µg)	55
Natrium	(mg)	575
Magnesium	(mg)	150
Mangan	(mg)	1

---





**Översikt över aminosyrabehov<sup>2</sup>**

---

	<i>g/100 g protein</i>
Cystin + metionin	1,7
Histidin	1,6
Isoleucin	1,3
Leucin	1,9
Lysin	1,6
Fenylalanin + tyrosin	1,9
Treonin	0,9
Tryptofan	0,5
Valin	1,3

---

---

<sup>2</sup>Världshälsoorganisationen. Energy and protein requirements. Report of a Joint  
FAO/WHO/UNU Meeting. Geneva: World Health Organisation, 1985 (WHO Technical Report  
Series; 724)



**Referensvärden för vitaminer och mineraler<sup>3</sup> för  
märkningsändamål**

---

Vitamin A	(µg)	800
Vitamin D	(µg)	5
Vitamin E	(mg)	10
Vitamin C	(mg)	60
Tiamin	(mg)	1,4
Riboflavin	(mg)	1,6
Niacin	(mg)	18
Vitamin B6	(mg)	2
Folat	(µg)	200
Vitamin B12	(µg)	1
Biotin	(mg)	0,15
Pantotensyra	(mg)	6
Kalcium	(mg)	800
Fosfor	(mg)	800
Järn	(mg)	14
Magnesium	(mg)	300
Zink	(mg)	15
Jod	(µg)	150

---

---

<sup>3</sup>Jfr rådets direktiv 90/496/EEG

