

# Villandi merkingar

Er verið að plata okkur ?

Jónína Prúður Stefánsdóttir

UST

Umhverfisstofnun







# Merking er ...

orð, upplýsingar,  
vörumerki, sérheiti,  
myndefni eða tákn

sem tengjast matvælum og eru sett á  
umbúðir, skjöl, tilkynningar,  
merkimiða, hringi eða kraga  
sem fylgja matvælunum eða vísa til þeirra.

Villandi merkingar er ... ?

# Reglugerð um merkingu:

- Merking skal ekki vera blekkjandi ..., einkum...
  - eðli matvæla, auðkenni, eiginleika, tegund, samsetningu, þyngd, geymslupól, uppruna, aðferð við gerð eða framleiðslu.
- T.d. óheimilt að eigna matvælum
  - áhrif eða eiginleika sem þau hafa ekki,
  - þá eiginleika að fyrirbyggja eða vinna á sjúkdómum manna, hafa lækningarmátt ...
- Bönn og takmarkanir...gilda einnig um kynningu matvæla...svo og auglýsingar.

# Aðgerðir

- Eftirlitsverkefni í gangi
- Leiðbeiningar

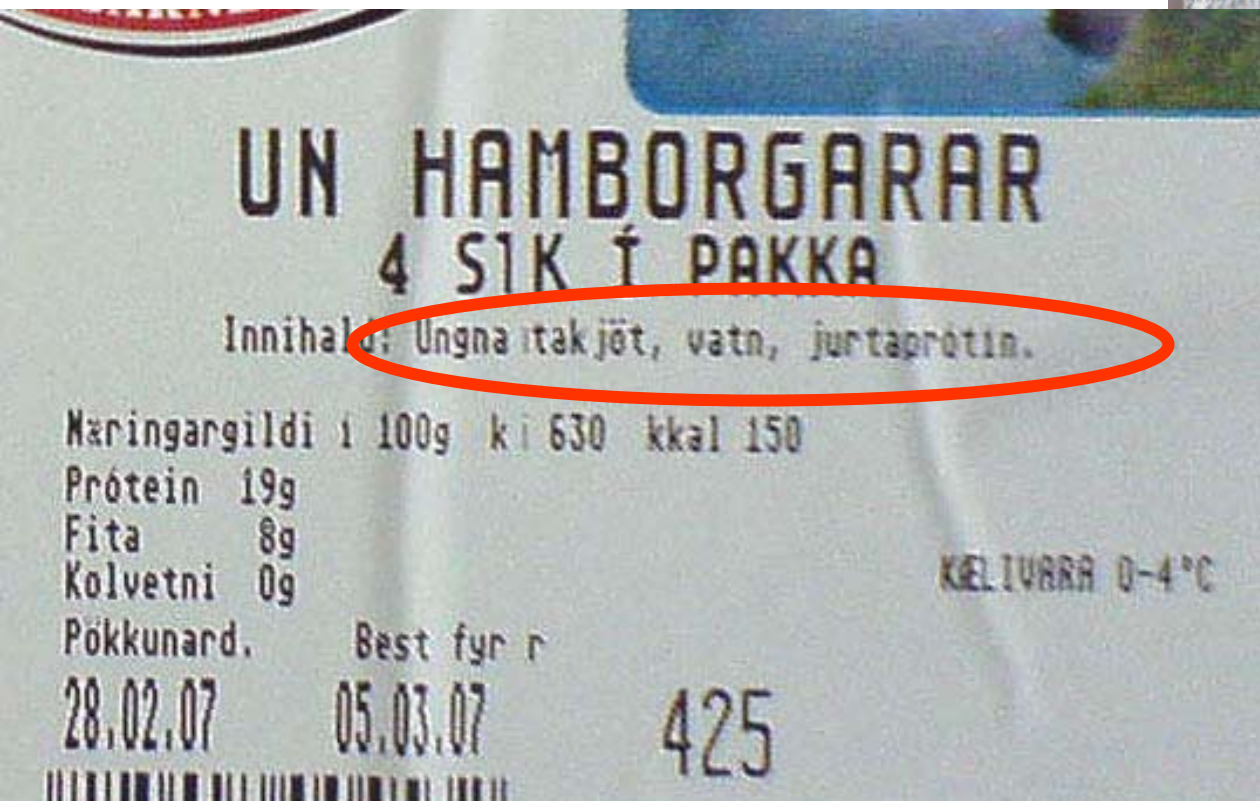
En skoðum nú dæmi um hvað gæti  
hugsanlega verið villandi merking

# Stendur varan undir nafni?

- hamborgari,  
og
- ávaxtasafi  
eru dæmi um vörur með verndað heiti



# Hamborgarar: 100% nautgripakjöt



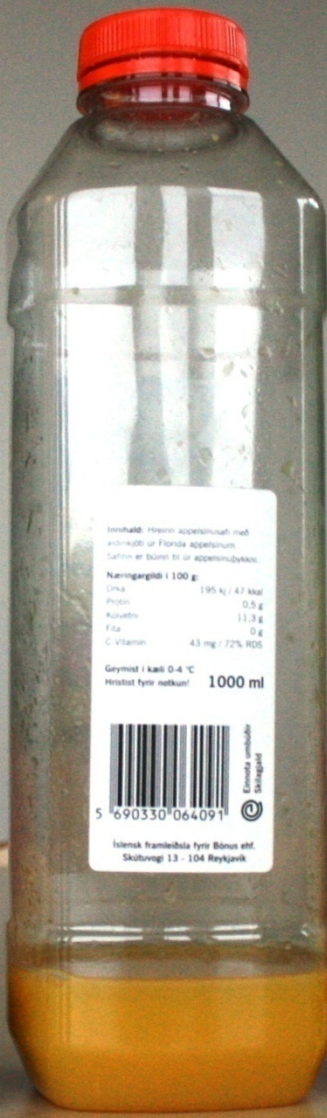
UST

Umhverfisstofnun



# UST

Umhverfisstofnun



# Hvað er ferskt ?

F



F

**Innihald:** Hreinn appelsínusafi með aldinkjöti úr Florida appelsinum. Safinn er búinn til úr appelsínubykknri.



F

**Innihald:**

Ferskur safi úr 10 Florida appelsinum.

**Næringargildi í 100 g:**

Orka 195 kj / 46 kkal

Prótín 0 g

Kolvetni 11,6 g

Fita 0 g

C-Vítamín 43mg

72% RDS



**SÓL**

Sól ávaxtasafi er ferskur safi, hlaðinn hollustu, ferskleika og ljúffengu bragði sem einungis nýpressaðir ávaxtasafar hafa.



Best fyrir 05.01.08

Úr nægtabrunni  
**náttúrunnar**

**Ferskir og ósaltaðir**

**PISTASIUKJARNAR**

70g



Seripakkað af:  
Gott fæði ehf.  
Kópavogi

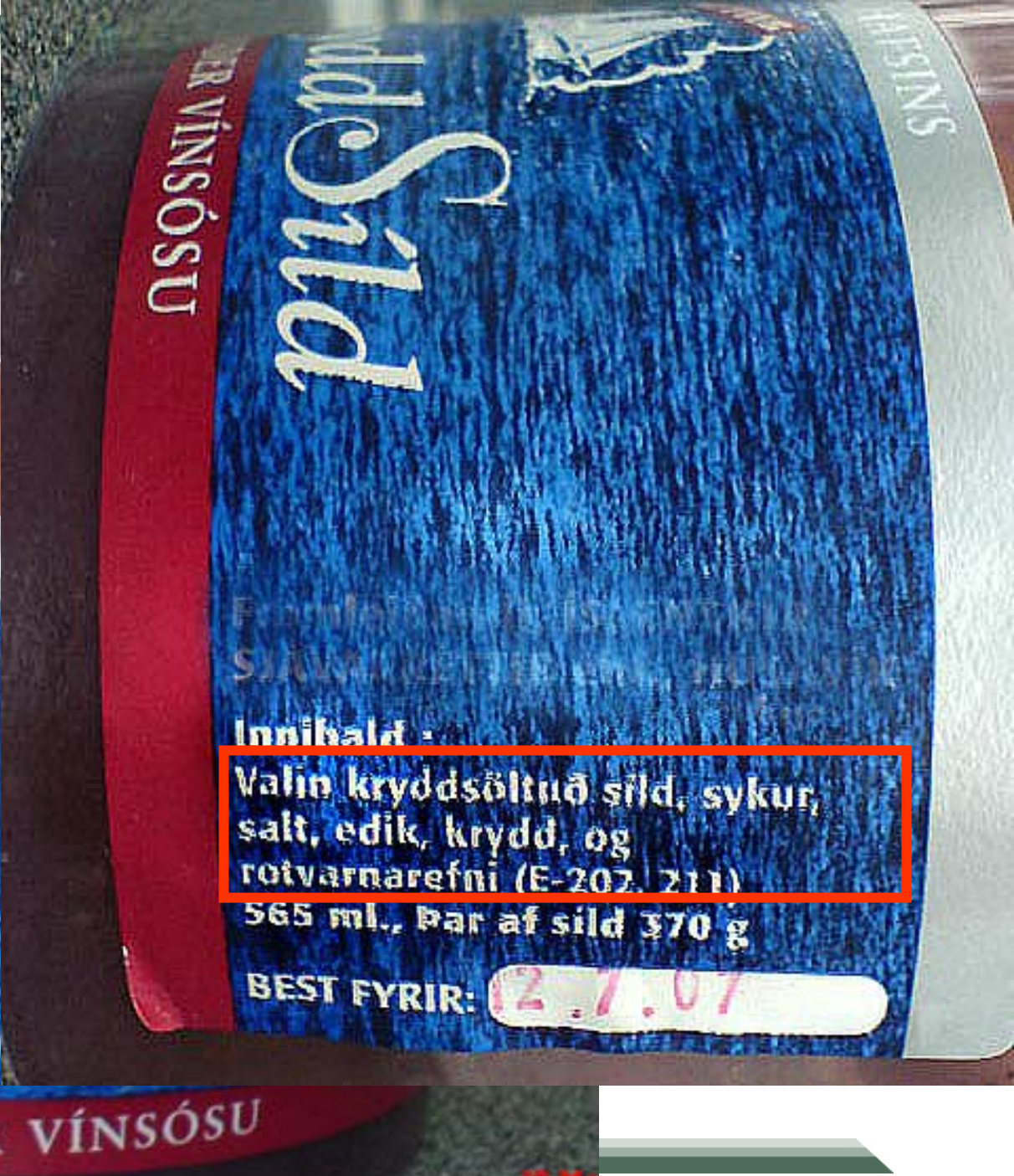
uð



# Magn og samsetning matvæla Vísbendingar

- 1) magnmerking
  - 2) röð eftir minnkandi magni
  - 3) stundum hægt að sjá
- Rækjusalat:

**INNIHALD: MAJONES (OLÍA, VATN,  
EGGJARAUDUR, SYKUR, SÍTRÓNUSÝRA),  
(E 330), SALT, BINDIEFNI (E 412),  
KRYDD, ROTVARNAREFNI (E 202),  
RÆKJUR, EGG, SÍTRÓNUSAFI.**



**Innihald:**  
Valin kryddsöltuð sild, sykur, salt, edik, krydd, og rotvarnarefni (E-202, 211)

565 ml., Þar af sild 370 g

BEST FYRIR: 12.7.07





# Náttúrulegt !

- Hráefni úr náttúrunni og lítið meðhöndlað...



Er verið að gefa í skyn að varan hafi áhrif sem hún hefur ekki ?

UST

Umhverfisstofnun

# FITUBRENNSLA OG AUKIN ORKA MED ORIGINAL GREEN TEA TÖFLUM

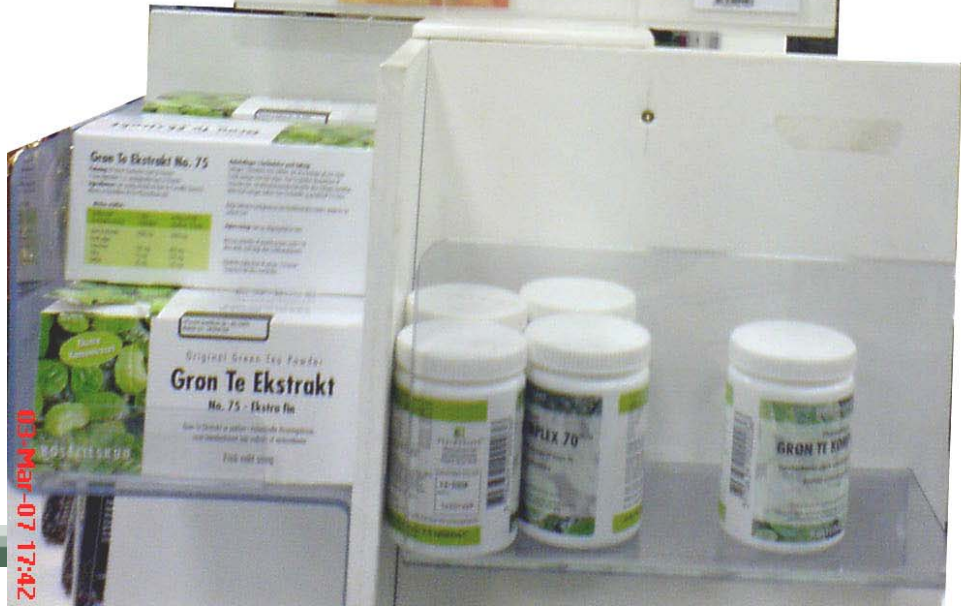


1313  
Grænna Landflúr  
1289  
Original green tea no. 75

HAGKAJF  
Hagkaup ehf. 101

Stroka Síminn - Síðberg 1  
Sími 044 5377 - Fax 503 2274 - www.stroka.is

Grænna Landflúr 20  
Sími 1.119



03-Mar-07 17:42

Sodium (g) 0.23 0.06

Keep in a cool dry place.

# Slim-Fast®

99  
CALORIES

## Snack

Chocolate  
caramel bar

# Slim-Fast®

99  
CALORIES

## Snack

Chocolate

### need more information

For your 3 Steps to Success log on to [www.slimfast.co.uk](http://www.slimfast.co.uk) for recipes and advice. Phone our careline on: Freephone 0800 5874471 GB Minicom 0800 0280 173 GB 1850 419 172 ROI ([www.slimfast.ie](http://www.slimfast.ie)) Monday-Friday 8am-6pm

**Slim-Fast is a simple way to help you lose weight and keep it off**

If you are adolescent, pregnant, breastfeeding, have a medical condition, or want to lose more than 20% of your weight - then talk about your weight loss plans with your doctor or dietitian. Slim-Fast meals are not designed to be your only food - add a balanced meal and snacks every day. Can only help weight loss as part of a calorie controlled diet.



8 722700 052692 >



Unilever®

Unilever UK, Slim-Fast,  
Freepost ADM3940  
London SW1A 1YR  
KUI: Unilever Ireland  
20 Riverwalk,  
Citywest Dublin 24

Protein (g)	3.4	0.9
Carbohydrate (g)	69.6	18.1
of which sugars (g)	52.3	13.6
Fat (g)	12.4	3.2
of which saturates (g)	7.1	1.8

Flavourings. MAY CONTAIN TRACES OF GLUTEN, PEANUTS AND TREE NUTS.

MILK CHOCOLATE COATED SOFT NOUGAT AND CARAMEL SNACK BAR.

26g e

# Nupo®

Örugg leið til að greinnast

Hagkvæm pakkning  
16 máltíðir · 500g

Jarðarberja

VLCD megrunarduft með mjög  
lágu orkuinnihaldi.  
Vísindalega skrásett.



# Nupo®

Örugg leið til að greinnast

# Nupo®

Örugg leið til að greinnast

Jarðarberja



Nestlé  
Nutrition

Build

instant

Vanilla  
flavour

Fortified  
Vitamin

Source

4 sachet

Live  
the

nupo jarðarberja 500 g

Án sykurs... msg... aukefna

UST

Umhverfisstofnun







# ÁVAXTAHLAUP

75g e

ÁN SYKURS / GLÚTENS / MJÓLKURSYKURS

19 OKT. 2009

## Innihald:

Kornsýróp\*  
 Kornsterkja\*  
 Vinberjasafaykkni\*  
 Náttúruleg bragðefni:  
 Sólber/sítróna\*  
 hindber/epli/appelsína\*  
 Náttúruleg ávaxta- og jurtafaykkni:  
 Kúrkúmarót\*/paprika/spínat/aronia\*  
 Eplapektín  
 Sítrónusýra  
 Carnabauwax

## Næringarinnihald í 100 g:

Orka 1320 Kj = 330 Kkal.

Prótein	8 g
Kolvetni	83 g
Par af sykur	52 g
Maltósi	40 g
Glúkósi	7 g
Ávaxtasykur	5 g
Fita	0.3 g
Par af mettuð	0.2 g
Trefjar	0 g
Natríum	3 mg

# Merkilegri vara ? Meiri gæði ?

- Lúxus...
- Gæða...
- Ekta...

Það verður þá að rökstyðja það !

# Ekta Soðiðbrauð

á heimavísu  
gott með öllu áleggi



**EKTA BRAUÐ**

HAFNARFIRÐI SÍMI 555 1762



Innihald: Hveiti, sykurl, salt, mjólk, súrmjólk, smjörliki, egg, jurtafeiti, lyftiduft, kúmen, E-500 og E-503. Ca. 240g.

**LÚXUS**  
**RÆKJUSALAT**

Innihald

Rækjur, majones, egg,

krydd, bragðefni.

Engin viðbætt rotvarnarefni.

Kælivara 0-4c.

ca.180gr.

**10%**  
**VIÐ**  
**KASSANN**

**LÚXUSBLANDA**

INNIHOLD: KJÖTLINGAKJÖT, VATN  
SJÁVARSALT, NATTÖRULEG BRAGDEFNI

Fökkunard.	Best fyrir	Kr/kg	Þyngd(kg)
2l. 3.07	29. 3.07	1313	1.142
			0.01E

032460

**KÆLIVARA**

VERD kr  
**1499**



**LUXUS**  
Sökkulaði  
**DÖÐLUR**  
150g

Innihald: Döðlur, sykurlaksa, mjólkurduft, kakósmjól, undanrennsduft, gjæfró, soja lestin og vanillin.

Gullt hebi vnt. Kópavog.

**LUXUS**  
Sökkulaði  
**DÖÐLUR**  
150g

Innihald: Döðlur, sykurlaksa, mjólkurduft, kakósmjól, undanrennsduft, gjæfró, soja lestin og vanillin.

Gullt hebi vnt. Kópavog.

**LUXUS**  
Sökkulaði  
**KASJÚHNETUR**  
50g

Innihald: Kasjúhnetur, sykurlaksa, mjólkurduft, gjæfró, soja lestin og vanillin.

Gullt hebi vnt. Kópavog.

**LUXUS**  
Salthnetublanda  
og rúsinur  
200g

Innihald: Jærðnetur, rúsinur, kasjúhnetur, hestívetur, myndur, jurtalía og salt.

Gullt hebi vnt. Kópavog.

**LUXUS**  
**CINDY MIX**  
100g

Innihald: Hestívetur, jurtalía, sojakósa, sykurlaksa, mjólkurduft, kakósmjól, undanrennsduft, gjæfró, soja lestin og vanillin.

Gullt hebi vnt. Kópavog.

**LUXUS** salthnetublanda  
KÍLOVERÐ 845.00  
VERÐ 169.00

**LUXUS** sökkulaði  
KÍLOVERÐ 1.727.00  
VERÐ 259.00

**LUXUS** cindy mix 100g  
KÍLOVERÐ 1.120.00  
VERÐ 112.00

**LUXUS** chilli hriskökur  
KÍLOVERÐ 1.490.00  
VERÐ 149.00

**LUXUS**  
Salthnetublanda  
og rúsinur  
200g

**LUXUS**  
Salthnetublanda  
og rúsinur  
200g

**LUXUS**  
Salthnetublanda  
og rúsinur  
200g

**LUXUS**  
HAWAIBLANDA  
200g

**LUXUS**  
HAWAIBLANDA

UST

Umhverfisstofnun



Innihald: Lambakjöt villikrydd vatn,  
jurtaolía, vinedik, sterkja,  
mjólkurprótein, matarsalt, krydd.



Þjeringargildi í 100g:
Orka 810kJ/195kcal
Protein 14g
Kolvetni 1g
Fitu 15g
Natrium 0.3g
umb 55 g

UST

Umhverfisstofnun

**Kellogg's**<sup>®</sup>

**ALL-BRAN**<sup>®</sup>

**NATURE**

16%  
FIBRA  
FIBRE

40g e





Nutritional Information - Información Nutricional - Tabella Nutrizionale - Informations nutritionnelles - Nutritional Information - Näringsinnehåll - ΓΙΑΠΡΟΦΟΡΙΕΣ Διατροφής	per / por / valore medio per / valeurs par / Waarden per / ανά 100g	per / por ración de / por barra / per barretta / par barre / per reep / ανά πακέτο 40g
Energy - Valor Energético - Energía - ΕΝΕΡΓΕΙΑ	1709 kJ 408 kcal	684 kJ 163 kcal
Protein - Proteínas - Protein - Proteine - Protéines - Eiwitten - ΠΡΩΤΕΪΝΕΣ	8 g	3 g
Carbohydrates - Hidratos de carbono - Carboidrati - Glucides assimilables - Verteerbare koolhydraten - ΥΔΑΤΑΝΘΡΑΚΕΣ	49 g	20 g
(of which sugars) (de los cuales azúcares) (dos quais açúcares) (di cui zuccheri) (dont sucres totaux) (waarvan totaal suikers) (σάκχαρα)	22 g	9 g
(of which starch) (de los cuales almidón) (dos quais amido) (di cui amido) (dont amidon) (waarvan zetmeel) (άμυλο)	27 g	11 g
Fats - Grasas - Lípidos - Grassi - Lipides - ΛΙΠΗ	20 g	8 g
(of which saturates) (de los cuales saturadas) (dos quais saturado:) (di cui saturi) (dont saturés) (waarvan verzadigd:) (κορεσμένα)	5 g	2 g
Fibre - Fibra - Fibre - Fibres alimentaires - Voedingsvezels - ΦΥΤΙΚΕΣ ΙΝΕΣ	16 g	6 g
Sodium - Sodio - Sódio - Natrium - ΝΑΤΡΙΟ	0,25 g	0,1 g
	*(%)	*(%)
Vit. / BITAMINH B3 / Niacin / PP / Niacin	11,3 mg 63	4,5 mg 25
Vit. / BITAMINH B6	1,3 mg 63	0,5 mg 25
Vit. / BITAMINH B2	1 mg 63	0,4 mg 25
Vit. / BITAMINH B1	0,9 mg 63	0,4 mg 25
Vit. / BITAMINH B9 / Ácido fólico / Folacina / Folsäure	126 µg 63	50 µg 25
Vit. / BITAMINH B12	0,63 µg 63	0,25 µg 25
Iron - Hierro - Ferro - Fer - Ijzer - ΣΙΔΗΡΟΣ	6 mg 43	2,4 mg 17

GB - Bran (32%) (Whole Flour, Veg Skimmed Emulsifier Folic Acid, fibra de (32%) (salv sal), harina huevo ent mejorantes B6, riboflav en lugar s Cereals Ke glucose - fi desidratada levedante ( B6, riboflav em lugar s frumento e (27%), zuc grasso veg disidratate, carbonato, folacina, E Barre de c B9, B12, P faciliter le sucre, arbr de sucre in son de b sodium), ét Humidité r

ALL-BRAN

Kellogg's  
ALL-BRAN

# Kynningar, sala

- Margar frásagnir um villandi og rangar en mjög sannfærandi upplýsingar við kynningar og sölu matvæla, t.d. um hitaæiningalaust próteinduft....

# Lúxus fyrirlestur

Ferskur

Ekta

Náttúrulegur

Án hjálparefna

Heilsusamlegur

Góður fyrir liðina

Hjálpar þér að léttast