

TÁPLÁLKOZÁSI AKADÉMIA

HÍRLEVÉL

14. ÉVFOLYAM, 8. SZÁM – 2021. AUGUSZTUS

A FRONTOLDALI TÁPÉRTÉKJELÖLÉSEK NYOMÁBAN

A TÁPLÁLKOZÁSI AKADÉMIA

HÍRLEVÉL CÉLJA AZ, HOGY AZ

ÚJSÁGÍRÓK SZÁMÁRA HITELES

INFORMÁCIÓKAT NYÚJTSON AZ

EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁSRÓL,

ÉLETMÓDRÓL, VALAMINT A

LEGÚJABB TUDOMÁNYOS

KUTATÁSI EREDMÉNYEKRŐL.

TISZTELT OLVASÓINK!

Az elmúlt évek során örömmel tapasztaltuk, hogy Önök közül egyre többen használták hírlevelünk egyes részleteit, sőt akár egy-egy írásunkat teljes terjedelmében is. Köszönjük, hogy segítették munkánkat és cikkeikben megjelölték forrásként az MDOSZ-t.

Kérdéseikkel, valamint további szakanyagok elérhetősége érdekében forduljanak bizalommal a szerkesztőbizottsághoz, illetve a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének szakembereihez!

A SAJTÓANYAG VÁLTOZATLAN TARTALOMMAL, A HIVATKOZÁSOK LINKELÉSÉVEL, FORRÁSMEGJELÖLÉSEL SZABADON ÁTVEHETŐ.

TILOS AZONBAN AZ ITT MEGJELENŐ TARTALMAT MEGVÁLTOZTATNI, ABBÓL RÉSZLETEKET KIRAGADVA VAGY ÚJRASZERKESZTVE KÖZÖLNI, ESETLEG FORRÁS MEGJELÖLÉSE NÉLKÜL KIRAGADOTT IDÉZETEKET HASZNÁLNI.

A KÖZZÉTÉTELRE KERÜLŐ ANYAGBAN KÉRJÜK AZ EREDETI LINKEK ÉS A FORRÁS KATTINTHATÓ MEGJELENÍTÉSÉT!

Jó munkát kíván:

a szerkesztőbizottság



TUDTA-E?

- Az Európai Unió Bizottsága már a kötelező tápértékjelölés bevezetését célzó jogszabály 2006-ban megkezdődött tárgyalása során javasolta egy egységes, a csomagolás elülső oldalán megtalálható jelölés bevezetését a csomagolt élelmiszerek esetében, de a tagállamok végül nem tudtak megegyezni ennek formájában, ezért jelenleg ilyen jelölési rendszerek önkéntes módon, bizonyos feltételek mellett alkalmazhatóak az Unióban előállított élelmiszereken.
- Hazánkban jelenleg a Referenciabeviteli Érték jelöléssel találkozhatunk csak a csomagolásokon, azonban ez idén bővül a Nutri-Score jelölési rendszerrel egy-két élelmiszeripari vállalat és kereskedelmi lánc jóvoltából.
- Franciaországban kidolgoztak egy, az élelmiszerek előállításának fenntarthatóság szempontjait értékelő Eco-Score jelölési rendszert, így hamarosan a magyar fogyasztók már nem csupán a tápanyagösszetétel alapján hozhatnak tudatos döntést az üzletekben.

KULCSSZAVAK: élelmiszerjelölés, önkéntes frontoldali tápértékjelölés, referenciabeviteli érték, tápanyag-határértékek

AZ ÉLELMISZERJELÖLÉS EVOLÚCIÓJA

Az élelmiszerjelölés fejlesztése évtizedek óta szerepel az Európai Unió célkitűzései között (1), ami érthető, hiszen a fogyasztóknak lehetőséget kell adni ahhoz, hogy a lehető legjobban tudják és értsék, miként illeszthető étrendjükbe az élelmiszer, amit elfogyasztanak.

A **kötelező tápértékjelölés** 1169/2011/EU rendeletben (2) rögzített formája 2011-ben lépett érvénybe, így azóta széleskörű információt kap a vásárló az előre csomagolt termék összetételéről. E rendeletnek köszönhetően a fogyasztók minden élelmiszer csomagolásán találkozhatnak:

- a termék összetevőivel, melyek mennyiség (tömeg) szerint csökkenő sorrendben kerülnek feltüntetésre,
- az allergének jelölésével, melyet az érintett allergén összetevők vastag betűvel történő kiemelésével, illetve külön felsorolás formájában láthatunk, valamint

- a termék tápanyagösszetételével, amely táblázatos formában vagy felsorolás jelleggel tünteti fel az élelmiszer 100 grammjának/milliliterének (továbbá igény szerint egy adagjának) energia-, zsír-, telített zsír-, szénhidrát-, cukor-, fehérje-, élelmi rost-, és sótartalmát.

Ezek az információk szükségesek, ám önmagukban nem jelentenek útmutatót egy átlag fogyasztónak ahhoz, hogy miként hozzon tudatos választást két élelmiszer közül, valamint ahhoz, hogy eldöntse, vajon beilleszthető-e a termék az étrendjébe.

Az **önkéntes tápértékjelölési** rendszerek pontosan azt a célt szolgálják, hogy a kötelező tápértékjelölésen felül, a termék csomagolásának előlapján, könnyen elérhető és érthető formában adjon tájékoztatást arról, hogy az adott élelmiszernek hol a helye egy kiegyensúlyozott étrendben. Frontoldaliak, hiszen a termék csomagolásának előoldalán szerepelnek a könnyű észrevehetőség érdekében, valamint önkéntesek, hisz jelenleg használatuk nem kötelező jellegű egyetlen uniós tagállamban sem.

Jelenleg számos jelölési rendszer van használatban Európa-szerte, így ezek harmonizációja fontos cél lenne a fogyasztók megfelelő és egyöntetű tájékoztatása érdekében. A jelenleg hatályos uniós jelölési rendelet felülvizsgálatának keretében néhány éven belül várhatóan újra tárgyalóasztalra kerül a frontoldali önkéntes tápértékjelölés harmonizációja és alkalmazásának kötelezővé tétele is. A továbbiakban a különböző frontoldali jelölési rendszerek útvesztőjében segítünk eligazodni.

A FRONTOLDALI ÖNKÉNTES TÁPÉRTÉKJELÖLÉSI RENDSZEREK FAJTÁI

Alapvetően két nagy csoportra oszthatjuk a rendszereket: a tápanyagspecifikus és az összegző jelölésekre (3).

A **tápanyagspecifikus jelölések** az élelmiszer tápanyagtartalmát tüntetik fel szemléletes formában a csomagolás frontoldalán. Ezek közül említésre méltó a hazánkban is használt Referenciabeviteli Érték, illetve az Olaszországban használt NutrInform Battery rendszer, melyek csak numerikus formában tüntetik fel a tápanyagtartalmakat, míg az Egyesült Királyságban honos Traffic Light (jelzőlámpa) rendszer színkód alapú, így értelmezi is a termék tápanyagtartalmait.

A **Referenciabeviteli Érték rendszer** használatának feltételeit szintén a 1169/2011/EU rendeletben találjuk meg. Ez a jelölés gyakorlatilag a tápanyagösszetétel megismétlését

jelenti a frontoldalon, az ajánlott referenciabeviteli értékek (1. táblázat) arányában. A %-os érték azt jelöli, hogy a termék egy adagja vagy 100 g/ml-je mekkora részét teszi ki a napi referenciabeviteli értéknek (1. kép). Ennek a jelölésnek az az előnye, hogy széleskörű információt ad át, továbbá lehetőséget ad egy, a termék gyártó által meghatározott adagja tápanyag-összetételének feltüntetésére, ám a legtöbb fogyasztó számára nem teszi könnyen összehasonlíthatóvá a termékeket.

1. kép Referenciabeviteli érték jelölés minta



Kép forrása: www.referenceintakes.eu

1. táblázat Referenciabeviteli Értékek felnőttek számára

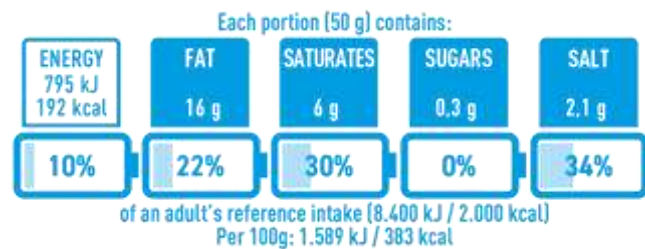
Energia	8400	kJ
	2000	kcal
Zsír	70	g
amelyből telített zsírsavak	20	g
Szénhidrát	260	g
amelyből cukrok	90	g
Fehérje	50	g
Só	6	g

Táblázat forrása: 1169/2011/EU rendelet alapján saját forrás

A **NutrInform Battery rendszer** a Referenciabeviteli Érték rendszer elveivel megegyezően működik, azzal a különbséggel, hogy ezt az elem/akkumulátor szimbólum kiegészítésével teszi még egyértelműbbé. Minden esetben a termék egy ajánlott adagjának tápanyagtartalmait tünteti fel (2. kép). Előnye szintén a széleskörű információ átadása, illetve pozitívuma, hogy a fogyasztókhöz közelebb álló, egy ajánlott adagra vonatkoztatja a jelölést. Kérdés azonban, hogy az ajánlott adag mennyisége mennyire fedí a valós fogyasztási szokásokat, vagy mennyire szolgál inkább útmutatóul az ajánlott fogyasztási

mennyiséghez. Emellett a „töltődő” elem grafika félreértelmezhető lehet, ugyanis ránézésre azt sugallhatja, hogy a minél nagyobb „töltöttséget” mutató élelmiszerek választása a cél.

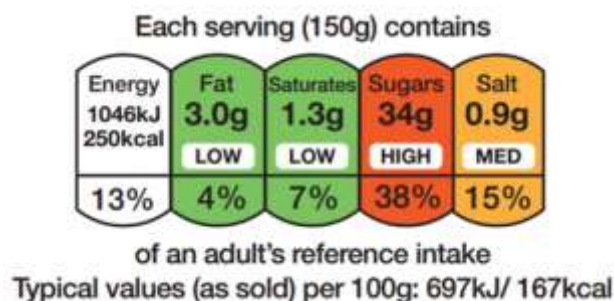
2. kép NutrInform Battery jelölésminta



Kép forrása: www.nutrinformbattery.it

A **Traffic Light rendszer** már egy értékelő, értelmező rendszer a tápanyagspecifikus jelölések világában, hisz színkódok segítségével értékeli a terméket, tápanyagösszetétele alapján (4). A zöld, borostyán és piros színekhez szigorú és egységes határértékek tartoznak. Előnye, hogy a színkódos jelölés már útmutatót jelent a termék étrendbe való beilleszthetősége kapcsán, ám mindezt leegyszerűsítve teszi (3. kép). Egyrészt a három szín a fogyasztók egyszerű asszociációjából eredően a „nyugodtan fogyaszthatod”, „vigyázz” és „stop, nem eheted” üzenetet rejtheti, ami félrevezető lehet, hisz egy kiegyensúlyozott étrendben minden ehető, a mértéket és mennyiséget betartva. Ezen felül a határértékek csupán a szilárd és a folyékony élelmiszerekre kerültek kidolgozásra, nem differenciálnak a különböző élelmiszercsoportok között (2. táblázat).

3. kép Traffic Light jelölés minta



Kép forrása: www.nutrition.org.uk

2. táblázat A Traffic Light jelölési rendszer színkódjainak tápanyag határértékei – szilárd élelmiszerekre

	ALACSONY	KÖZEPES	MAGAS	
Színkód	Zöld	Borostyán	Piros	
Zsír	≤3,0 g/100 g	>3,0 ≤17,5 g/100 g	>17,5 g/100 g	>21,0 g/adag
Telített zsírsavak	≤1,5 g/100 g	>1,5 ≤5,0 g/100 g	>5,0 g/100 g	>6,0 g/adag
Cukrok	≤5,0 g/100 g	>5,0 ≤22,5 g/100 g	>22,5 g/100 g	>27,0 g/adag
Só	≤0,3 g/100 g	>0,3 ≤1,5 g/100 g	>1,5 g/100 g	>1,8 g/adag

Táblázat forrása: www.nutrition.org.uk alapján saját forrás

Az **összegző jelölések** túlmutatnak a tápanyagspecifikus rendszereken, nem csupán tájékoztatnak, de már értékelnek, pozitív megkülönböztetést, vagy osztályozást alkalmaznak. Előnyük, hogy érthetőbb útmutatóul szolgálnak a fogyasztóknak, ám sok esetben leegyszerűsítik a kiegyensúlyozott étrendbe illeszthetőség fogalmát.

A **Nutri-Score rendszer** a legelterjedtebb jelenleg Európában. A 2017-ben, a francia kormány által jóváhagyott rendszert ma már többek között Németországban, Spanyolországban, Hollandiában, Belgiumban és Luxemburgban is használják. Hazánkban is találkozni fogunk már az idén ilyen jelöléssel, vezető élelmiszeripari vállalatok és kereskedelmi láncok termékein, akik letették voksukat a Nutri-Score rendszer mellett (5).

A termék annak tápanyagtartalma, valamint egyes összetevők megléte alapján kerül osztályozásra, ami mögött egy, az Oxfordi Egyetem által kidolgozott algoritmus áll. A végeredmény pedig egy fogyasztóbarát szín- és betűkód, ami könnyen értelmezhető a laikusok számára is (4. kép).

4. kép Nutri-Score jelölés ikonja



Kép forrása: www.en.wikipedia.org

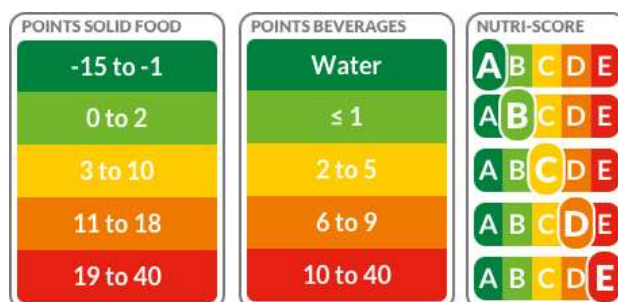
Az algoritmus negatív és pozitív pontokkal látja el a kiválasztott tápanyagokat/összetevőket, az élelmiszerben található mennyiségük alapján. Negatív pontot az energia, a telített zsír, a cukrok és a nátrium ér, míg pozitív pontokkal a fehérje, a rost, a zöldségek, a gyümölcsök, az olajos magvak, a hüvelyesek, valamint a repce-, dió-, olívaolaj jelenléte bír. Az adott termékben lévő mennyiségük alapján a negatív elemek nullától tíz, míg a pozitív elemek nullától öt pontot érnek. A negatív pontokból kivonásra kerülnek a pozitív pontok, így kapunk egy -15 és +40 közötti számot végeredményként, ami meghatározza a NutriScore betűjelet (3.táblázat).

3. táblázat A tápanyagok és összetevők pontozása a NutriScore algoritmus alapján

Tápanyagok/100 g	Pontok	Negatív pontok (0-40 pont)
Energia (kJ)	0-10	
Cukrok (g)	0-10	
Telített zsírsavak (g)	0-10	
Nátrium (g)	0-10	
		-
Elemek/100g	Pontok	Pozitív pontok (0-15 pont)
Zöldségek, gyümölcsök, olajos magvak, hüvelyesek, repce-, dió-, olívaolaj (%)	0-5	
Rostok (g)	0-5	
Fehérje (g)	0-5	
		=
		Végeredmény (-15 - +40 pont között)

Táblázat forrása: www.nutriscore.colruytgroup.com

5. kép A pontozás átváltása a NutriScore betűjelre



Kép forrása: www.elelmiszeripar.hu

Minden tápanyaghoz és összetevőhöz határértékek kerültek hozzárendelésre, amik a negatív vagy pozitív pontok számát határozzák meg. Alapvetően a szilárd és a folyékony élelmiszerekre különítették el a határértékeket (4. és 5.táblázat). Azonban kivételeket is meghatároztak, amelyek az algoritmus alapján túlságosan pozitív vagy éppen negatív megítélés alá kerültek. Tápanyagok közül ilyen kivétel a fehérje, amely nem minden esetben kerül beszámításra, mint pozitív pont. Amennyiben az adott termék negatív pontjainak száma meghaladja a 11-et, de pozitív pontjainak száma nem éri el az 5-öt, a fehérje nem kerülhet beszámításra, hisz pozitív irányba tolná az amúgy kedvezőtlen összetételű élelmiszer végső pontszámát.

Ez alól kivételt képeznek a sajtok, amelyek jellegükből adódóan magas zsírtartalommal bírnak, ám jelentős kalciumtartalmuk nem ér pozitív pontot, így összességében túl negatív megítélés alá esnének, ha a fehérje sem kerülne esetükben beszámításra.

Kivételt képeznek továbbá a kenőzsiradékok, amelyekre az általános telített zsír határértékek helyett egy telített zsír:összes zsírarány határértékrendszer érvényes, valamint a víz alapú italok, ahol egy, az általános határértékeknél szigorúbb energia- és cukrok értékrendszer lép életbe, amely többek között azt is biztosítja, hogy kizárólag a tiszta víz kapja meg a legjobb, ún. A jelölést.

4. táblázat A NutriScore algoritmusban meghatározott negatív tápanyag határértékek a szilárd élelmiszerekre vonatkoztatva

Pontok	Energia (kJ/100g)	Cukrok (g/100g)	Telített zsírsavak (g/100g)	Só (mg/100g)
0	≤335	≤4,5	≤1	≤90
1	>335	>4,5	>1	>90
2	>670	>9	>2	>180
3	>1005	>13,5	>3	>270
4	>1340	>18	>4	>360
5	>1675	>22,5	>5	>450
6	>2010	>27	>6	>540
7	>2345	>31	>7	>630
8	>2680	>36	>8	>720
9	>3015	>40	>9	>810
10	>3350	>45	>10	>900

Táblázat forrása: www.nutriscore.colruytgroup.com

5. táblázat A NutriScore algoritmusban meghatározott pozitív elemek határértékei a szilárd élelmiszerekre vonatkoztatva

Pontok	Zöldségek, gyümölcsök, olajos magvak, hüvelyesek, repce-, dió-, olívaolaj	Rost (g/100g) AOAC módszer alapján	Fehérje
0	≤40	≤0,9	≤1,6
1	>40	>0,9	>1,6
2	>60	>1,9	>3,2
3	-	>2,8	>4,8
4	-	>3,7	>6,4
5	>80	>4,7	>8

Táblázat forrása: www.nutriscore.colruytgroup.com

A NutriScore rendszer előnye, hogy a termék étrendbe illeszthetőségét valóban összefüggésében hivatott nézni tápanyag és egyes összetevők alapján, ami kiemeli a többi rendszer közül. Nem csupán a tápanyagokra, hanem az élelmiszerben található jótékony összetevőkre is kitér, ami egy sokkal széleskörűbb értékelésnek számít, bár ezen összetevők köre bővíthető még pozitív élelmiszercsoportokkal (pl. halak, tejtermékek), hogy ne legyenek túlértékelve vagy alulértékelve egyes paraméterek. Szakmailag megalapozott, független kritériumrendszeren alapszik, de az egyes élelmiszerkategóriák között nem differenciál, ahogy az eddig felsorolt rendszerek egyike sem. 100 g/ml alapján értékkel, azonban így a fogyasztott adagnagyság háttérbe szorul, és elsősorban az azonos élelmiszerkategórián belüli termékek összehasonlítására szolgál, így a különböző élelmiszerkategóriák közötti összehasonlítással óvatosan kell bánni. A színkód alapú rendszer egyszerűbben érthető a többinél, így az összességében kedvezőbb összetételű élelmiszer választására ösztönöz, de értelmezése ennek ellenére edukációt igényel.

A **Nordic Keyhole rendszer** a Svéd Nemzeti Élelmiszerügyi Hivatal által kidolgozott, 1989-ben bevezetett és azóta folyamatosan fejlesztett rendszer, amelyet a skandináv államokban alkalmaznak önkéntesen. Csak pozitív megkülönböztetésre alkalmazható, mivel nem értékeli, ellenben jóváhagyja az adott élelmiszer étrendbe illeszthetőségét (6. kép). Ez egy tápanyagfüggő kritériumrendszer (zsír, telített zsír, cukor, hozzáadott cukor, só és rosttartalom alapján), 33 élelmiszercsoportra alkalmazható, köztük nem csak az előre

csomagolt termékekre. Előnye, hogy figyelembe veszi az egyes élelmiszerkategóriák jellemzőit, de hátránya, hogy sok, hazánkban meghatározó élelmiszercsoportra nem tartalmaz kritériumokat, illetve jóváhagyó jellege miatt nem jelent útmutatót a fogyasztók számára.

6. kép Nordic Keyhole jelölés ikonja



Kép forrása: www.who.int

A FENNTARTHATÓSÁG, MINT ÚJ SZEMPONT A JELÖLÉSBEN

Az elmúlt években a táplálkozásban is új szempontként tört be a fenntarthatóság kérdése. Ebből adódóan az Európai Bizottság 2020-ban kiadta a Farm To Fork stratégiát, melynek lényege, hogy az európai lakosság táplálkozását mind környezetvédelmi, mind tápanyagbeviteli szempontból is meg kell változtatni. Ez a több növényi-, de kevesebb állati eredetű, kevésbé feldolgozott, kedvezőbb tápanyagtartalmú táplálékok fogyasztását jelenti, amelyek összességében a fenntartható, egészségesebb étrendet szolgálják. Ennek érdekében a stratégia egyéb intézkedések mellett javasolja a frontoldali jelölések harmonizációját is, és a tápértékjelölés mellett szükségesnek tartja az élelmiszerek előállításának fenntarthatóságára vonatkozó, harmonizált fogyasztói tájékoztatás bevezetését is.

Ez utóbbit célozza például a francia kidolgozású **Eco-Score rendszer**, amely a NutriScore-hoz hasonlóan, szín- és betűjelölést alkalmaz, amelyet levelek ábrájába ágyaz (7. kép).

Az öko-pontszám kiszámítása az Agribalyse környezeti adatbázis adatai alapján történik, amelyek számszerűsítik az áru környezetre gyakorolt hatását annak teljes életciklusa alatt a termeléstől, a szállításon és csomagoláson át a termék használatáig és a használat után keletkező hulladék hasznosításáig vagy kezeléséig. Az Eco-Score 14 fő környezeti mutatót vesz figyelembe, mint az éghajlatváltozás, víz- és levegőminőség, talajra gyakorolt hatás stb., mindezt az Európai Bizottság „Termékek környezeti lábnyoma” projektjének ajánlása szerint (6).

7. kép Az Eco-Score jelölés ikonja



Kép forrása: www.tudatosvasarlo.hu

ÚTRAVALÓUL A JELÖLÉSEK VILÁGÁBÓL

Az élelmiszerjelölés mögé tett munka akkor ér célba és akkor szolgálja a társadalom egészségesebb táplálkozásának célját, ha azt megfelelően használjuk. Jelenleg az európai ember csupán 0,1 másodpercet tölt átlagosan a csomagolások olvasásával. Ez alatt az idő alatt egy jelölés sem tud útmutatóul szolgálni. Az elkövetkező évtizedekben már nem csupán a tápanyagösszetételt, de a fenntarthatósági szempontok jelölését is láthatjuk a csomagolásokon, megadva a fogyasztónak minden eszközt a tudatos döntéshez. Ezeknek a jelöléseknek a megértéséhez és használatához azonban továbbra is szükség van kompetens szakemberekre. A tapertekjeloles.hu weboldalon mindig friss információkat kaphatunk a jelölési rendszerek fejlődéséről és alkalmazhatóságáról.

A **dietetikusok szerepe** segíteni a jelölés értelmezésében a fogyasztót:

- Lefordítani a színeket a fogyasztási gyakoriság, valamint az élelmiszer étrendbe való beilleszthetőségének nyelvére.
- Edukálni az ajánlott adagról/adagolásról.
- Lefordítani a személyre szabott szükségletek nyelvére.
- Kiegészíteni a fenntarthatóság szempontjaival.
- Az élelmiszeriparban dolgozó dietetikusoknak pedig használni a jelölési rendszerek kritériumrendszerét a portfólió fejlesztéséhez.

Felhasznált irodalom

1. European Commission: Farm to Fork Strategy. For a fair, healthy and environmentally-friendly food system. Elérhető: https://ec.europa.eu/food/system/files/2020-05/f2f_action-plan_2020_strategy-info_en.pdf
2. Az Európai Parlament és Tanács 1169/2011/EU rendelete a fogyasztók élelmiszerekkel kapcsolatos tájékoztatásáról, az 1924/2006/EK és az 1925/2006/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet módosításáról és a 87/250/EGK bizottsági irányelv, a 90/496/EGK tanácsi irányelv, az 1999/10/EK bizottsági irányelv, a 2000/13/EK európai parlamenti és tanácsi irányelv, a 2002/67/EK és a 2008/5/EK bizottsági irányelv és a 608/2004/EK bizottsági rendelet hatályon kívül helyezéséről (2011. október 25.). Elérhető: <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:304:0018:0063:hu:PDF>
3. Európai Bizottság: A Bizottság jelentése az Európai Parlamentnek és a Tanácsnak a tápértékjelölés további kifejezési és megjelenítési formáinak használatáról. Brüsszel, 2020.05.20.
4. British Nutrition Foundation: Helping you eat well. 2021.07.24. Elérhető: <https://www.nutrition.org.uk/healthyliving/helpingyoueatwell/324-labels.html?start=3>
5. What is the Nutri-Score? 2021.07.24. Elérhető: <https://nutriscore.colruytgroup.com/colruytgroup/en/about-nutri-score/>
6. Fenntarthatósági jelölést kaphatnak az élelmiszerek Franciaországban. 2021.03.16. Elérhető: <https://tudatosvasarlo.hu/fenntarthatosagi-jelolest-kaphatnak-az-elelmiszerek-franciaorszagban/>
7. Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége: Táplálkozási Akadémia Hírlevél. Élelmiszercímke – iránytű az okos választáshoz. 10. évfolyam, 6. szám. 2017. június.

Magyar Dietetikusok Országos

TÁPLÁLKOZÁSI AKADÉMIA HÍRLEVÉL

Szövetsége

1035 Budapest, Kerék utca 80. 1. emelet

Telefon: +36 1 269 2910

Email: mdosz@mdosz.hu

www.mdosz.hu

Facebook/Terítéken az Egészség



Kiadja:

Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége

Szerkesztette:

Kiss-Tóth Bernadett, dietetikus

Szerkesztőbizottság:

Szűcs Zsuzsanna (MDOSZ elnök, dietetikus, MSc

okleveles táplálkozástudományi szakember)

Fekete Krisztina (dietetikus,

egészségfejlesztő MDOSZ)

Lektorálta:

Szöllősi Réka

(Felelős Élelmiszergyártók Szövetsége,

szakmai és kommunikációs vezető)

Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége

A SAJTÓANYAG VÁLTOZATLAN TARTALOMMAL, A HIVATKOZÁSOK LINKELÉSÉVEL, FORRÁSMEGJELÖLÉssel SZABADON ÁTVEZETŐ.

A KÖZZÉTÉTELRE KERÜLŐ ANYAGBAN KÉRJÜK AZ EREDETI LINKEK ÉS A FORRÁS KATTINTHATÓ MEGJELENÍTÉSÉT!
