

Il presente testo è un semplice strumento di documentazione e non produce alcun effetto giuridico. Le istituzioni dell'Unione non assumono alcuna responsabilità per i suoi contenuti. Le versioni facenti fede degli atti pertinenti, compresi i loro preamboli, sono quelle pubblicate nella Gazzetta ufficiale dell'Unione europea e disponibili in EUR-Lex. Tali testi ufficiali sono direttamente accessibili attraverso i link inseriti nel presente documento

►B

## REGOLAMENTO (UE) N. 432/2012 DELLA COMMISSIONE del 16 maggio 2012

**relativo alla compilazione di un elenco di indicazioni sulla salute consentite sui prodotti alimentari,  
diverse da quelle facenti riferimento alla riduzione dei rischi di malattia e allo sviluppo e alla  
salute dei bambini**

(Testo rilevante ai fini del SEE)

(GU L 136 del 25.5.2012, pag. 1)

Modificato da:

|              |   | Gazzetta ufficiale |      |            |  |
|--------------|---|--------------------|------|------------|--|
|              |   | n.                 | pag. | data       |  |
| ► <b>M1</b>  | Regolamento (UE) n. 536/2013 della Commissione dell'11 giugno 2013            | L 160              | 4    | 12.6.2013  |  |
| ► <b>M2</b>  | Regolamento (UE) n. 851/2013 della Commissione del 3 settembre 2013           | L 235              | 3    | 4.9.2013   |  |
| ► <b>M3</b>  | Regolamento (UE) n. 1018/2013 della Commissione del 23 ottobre 2013           | L 282              | 43   | 24.10.2013 |  |
| ► <b>M4</b>  | Regolamento (UE) n. 40/2014 della Commissione del 17 gennaio 2014             | L 14               | 8    | 18.1.2014  |  |
| ► <b>M5</b>  | Regolamento (UE) n. 274/2014 della Commissione del 14 marzo 2014              | L 83               | 1    | 20.3.2014  |  |
| ► <b>M6</b>  | Regolamento (UE) 2015/7 della Commissione del 6 gennaio 2015                  | L 3                | 3    | 7.1.2015   |  |
| ► <b>M7</b>  | Regolamento (UE) 2015/539 della Commissione del 31 marzo 2015                 | L 88               | 7    | 1.4.2015   |  |
| ► <b>M8</b>  | Regolamento (UE) 2015/2314 della Commissione del 7 dicembre 2015              | L 328              | 46   | 12.12.2015 |  |
| ► <b>M9</b>  | Regolamento di esecuzione (UE) 2016/854 della Commissione del 30 maggio 2016  | L 142              | 5    | 31.5.2016  |  |
| ► <b>M10</b> | Regolamento (UE) 2016/1413 della Commissione del 24 agosto 2016               | L 230              | 8    | 25.8.2016  |  |
| ► <b>M11</b> | Regolamento di esecuzione (UE) 2017/672 della Commissione del 7 aprile 2017   | L 97               | 24   | 8.4.2017   |  |
| ► <b>M12</b> | Regolamento di esecuzione (UE) 2017/676 della Commissione del 10 aprile 2017  | L 98               | 1    | 11.4.2017  |  |
| ► <b>M13</b> | Regolamento (UE) 2017/1407 della Commissione del 1º agosto 2017               | L 201              | 1    | 2.8.2017   |  |
| ► <b>M14</b> | Regolamento di esecuzione (UE) 2021/686 della Commissione del 23 aprile 2021  | L 143              | 8    | 27.4.2021  |  |
| ► <b>M15</b> | Regolamento (UE) 2024/2041 della Commissione del 29 luglio 2024               | L 2041             | 1    | 30.7.2024  |  |
| ► <b>M16</b> | Regolamento di esecuzione (UE) 2025/1560 della Commissione del 30 luglio 2025 | L 1560             | 1    | 31.7.2025  |  |

Rettificato da:

► **C1** Rettifica, GU L 154 del 15.6.2012, pag. 25 (432/2012)

▼B

**REGOLAMENTO (UE) N. 432/2012 DELLA COMMISSIONE**

**del 16 maggio 2012**

**relativo alla compilazione di un elenco di indicazioni sulla salute consentite sui prodotti alimentari, diverse da quelle facenti riferimento alla riduzione dei rischi di malattia e allo sviluppo e alla salute dei bambini**

(Testo rilevante ai fini del SEE)

*Articolo 1*

**Indicazioni sulla salute consentite**

1. L'elenco delle indicazioni sulla salute di cui all'articolo 13, paragrafo 3, del regolamento (CE) n. 1924/2006, che possono essere fornite sui prodotti alimentari, figura nell'allegato del presente regolamento.

2. Le indicazioni sulla salute di cui al paragrafo 1 possono essere fornite sui prodotti alimentari conformemente alle condizioni precise nell'allegato.

*Articolo 2*

**Entrata in vigore e applicazione**

Il presente regolamento entra in vigore il ventesimo giorno successivo alla pubblicazione nella *Gazzetta ufficiale dell'Unione europea*.

Esso si applica a decorrere dal 14 dicembre 2012.

Il presente regolamento è obbligatorio in tutti i suoi elementi e direttamente applicabile in ciascuno degli Stati membri.

**▼C1***ALLEGATO***ELENCO DELLE INDICAZIONI SULLA SALUTE CONSENTITE**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal          | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA                               |
|--|--|--|--|-----------------------------------|--|
| Acidi grassi monoinsaturi e/o polinsaturi                                    | La sostituzione nella dieta dei grassi saturi con grassi insaturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue [gli acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi sono grassi insaturi] | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un alto contenuto di acidi grassi insaturi come specificato nell'indicazione «RICCO DI GRASSI INSATURIDI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2011;9(4):2069<br>2011;9(6):2203  | 621, 1190, 1203, 2906,<br>2910, 3065<br>674, 4335  |
| Acido alfa-linolenico (ALA)  | L'ALA contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ALA, come specificato nell'indicazione «FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di ALA. |  | 2009; 7(9):1252<br>2011;9(6):2203 | 493, 568   |
| Acido docosesaenoico (DHA)   | Il DHA contribuisce al mantenimento della normale funzione cerebrale   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 40 mg di DHA per 100 g e per 100 kcal. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di DHA.  |  | 2010;8(10):1734<br>2011;9(4):2078 | 565, 626, 631, 689,<br>704, 742, 3148, 690,<br>3151, 497, 501, 510, 513,<br>519, 521, 534, 540, 688,<br>1323, 1360, 4294 |
| Acido docosesaenoico (DHA)   | Il DHA contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 40 mg di DHA per 100 g e per 100 kcal. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di DHA.  |  | 2010;8(10):1734<br>2011;9(4):2078 | 627, 632, 743, 3149,<br>2905, 508, 510, 513, 519,<br>529, 540, 688, 4294   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|------------------------------------|--|
| <b>▼M1</b>   |   |   |  |                                    |  |
| Acido docosesaenoico (DHA)   | Il DHA contribuisce al mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 2 g di DHA e che contiene DHA in combinazione con l'acido eicosapentaenoico (EPA). L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di DHA. Il consumatore va inoltre informato di non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA allorché l'indicazione è utilizzata per integratori alimentari e/o alimenti arricchiti. | L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.                      | 2010;8(10):1734                    | 533, 691, 3150   |
| Acido docosesaenoico e acido eicosapentanoico (DHA/EPA)                      | Il DHA e l'EPA contribuiscono al mantenimento di una normale pressione sanguigna            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 3 g di EPA e di DHA. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di EPA e di DHA. Il consumatore va inoltre informato di non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA allorché l'indicazione è utilizzata per integratori alimentari e/o alimenti arricchiti.  | L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.                      | 2009; 7(9):1263<br>2010;8(10):1796 | 502, 506, 516, 703, 1317, 1324   |
| Acido docosesaenoico e acido eicosapentanoico (DHA/EPA)                      | Il DHA e l'EPA contribuiscono al mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 2 g di EPA e di DHA. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di EPA e di DHA. Il consumatore va inoltre informato di non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA allorché l'indicazione è utilizzata per integratori alimentari e/o alimenti arricchiti.  | L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini.                      | 2009; 7(9):1263<br>2010;8(10):1796 | 506, 517, 527, 538, 1317, 1324, 1325   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal          | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|-----------------------------------|--|
| Acido eicosapentaenoico e acido docosaesaenoico (EPA/DHA)                    | L'EPA e il DHA contribuiscono alla normale funzione cardiaca  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di EPA e di DHA come specificato nell'indicazione «FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di EPA e di DHA. |  | 2010;8(10):1796<br>2011;9(4):2078 | 504, 506, 516, 527, 538, 703, 1128, 1317, 1324, 1325, 510, 688, 1360                       |
| Acido linoleico  | L'acido linoleico contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che apporti almeno 1,5 g di acido linoleico (AL) per 100 g e per 100 kcal. Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 10 g di AL.   |  | 2009; 7(9):1276<br>2011;9(6):2235 | 489, 2899  |
| Acido oleico   | La sostituzione nella dieta dei grassi saturi con grassi insaturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'acido oleico è un grasso insaturo. | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un alto contenuto di acidi grassi insaturi come specificato nell'indicazione «RICCO DI GRASSI INSATURII» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2011;9(4):2043                    | 673, 728, 729, 1302, 4334  |
| Acido pantotenico  | L'acido pantotenico contribuisce al normale metabolismo energetico  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1218                   | 56, 59, 60, 64, 171, 172, 208  |
| Acido pantotenico  | L'acido pantotenico contribuisce alla normale sintesi e al normale metabolismo degli ormoni steroidei, della vitamina D e di alcuni neurotrasmettitori                            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1218                   | 181  |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare   | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|------------------------------------|--|
| Acido pantotenico  | L'acido pantotenico contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2010;8(10):1758                    | 63   |
| Acido pantotenico  | L'acido pantotenico contribuisce a prestazioni mentali normali   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di acido pantotenico come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1218<br>2010;8(10):1758 | 57, 58   |
| Acqua  | L'acqua contribuisce al mantenimento di funzioni cognitive e fisiche normali   | L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 2,0 l di acqua sotto qualunque forma.   | L'indicazione può essere utilizzata solo per le acque che ottemperano alle prescrizioni di cui alle direttive 2009/54/CE e/o 98/83/CE. | 2011;9(4):2075                     | 1102, 1209, 1294, 1331   |
| Acqua  | L'acqua contribuisce al mantenimento della normale regolazione della temperatura corporea  | L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 2,0 l di acqua sotto qualunque forma.   | L'indicazione può essere utilizzata solo per le acque che ottemperano alle prescrizioni di cui alle direttive 2009/54/CE e/o 98/83/CE. | 2011;9(4):2075                     | 1208   |
| ALFA-ciclodestrina   | Il consumo di alfa-ciclodestrina nell'ambito di un pasto contenente amidi contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 5 g di alfa-ciclodestrina per 50 g di amido in una porzione quantificata nell'ambito del pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con il consumo di alfa-ciclodestrina nell'ambito del pasto. |  | 2012;10(6):2713                    | 2926   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|--------------------------|--|
| Alimenti a basso o a ridotto contenuto di acidi grassi saturi                | La riduzione dell'assunzione di grassi saturi contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento a basso contenuto di acidi grassi saturi come specificato nell'indicazione «A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI» o con un ridotto contenuto di acidi grassi saturi come specificato nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2011;9(4):2062           | 620, 671, 4332   |

|   |   |   |  |                |                                  |
|---|---|---|--|----------------|----------------------------------|
| Alimenti a basso o a ridotto contenuto di sodio | La riduzione del consumo di sodio contribuisce al mantenimento di una normale pressione sanguigna | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento a basso contenuto di sodio/sale come specificato nell'indicazione «A BASSO CONTENUTO DI SODIO/SALE» o con un ridotto contenuto di sodio/sale come specificato nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2011;9(6):2237 | 336, 705, 1148, 1178, 1185, 1420 |
|---|---|---|--|----------------|----------------------------------|

**▼M2**

|                             |  |   |   |                |   |
|-----------------------------|--|---|---|----------------|---|
| Amido lentamente digeribile | Il consumo di prodotti ad alto contenuto di amido lentamente digeribile (SDS — <i>slowly digestible starch</i> ) determina un aumento della concentrazione di glucosio nel sangue dopo i pasti inferiore rispetto a quella dei prodotti a basso contenuto di amido lentamente digeribile (****). | L'indicazione può essere usata solo sugli alimenti alimentari nei quali i carboidrati digeribili forniscono almeno il 60 % dell'energia totale e nei quali almeno il 55 % di tali carboidrati è costituito da amido digeribile, costituito a sua volta almeno il 40 % di amido lentamente digeribile. | — | 2011;9(7):2292 | — |
|-----------------------------|--|---|---|----------------|---|

**▼C1**

|                  |   |  |  |                |     |
|------------------|---|--|--|----------------|-----|
| Amido resistente | La sostituzione di amidi digeribili con amido resistente in un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale | Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento in cui l'amido digeribile è stato sostituito con amido resistente in modo da ottenere un contenuto finale di amido resistente pari almeno al 14 % dell'amido totale. |  | 2011;9(4):2024 | 681 |
|------------------|---|--|--|----------------|-----|

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare  | Numero dell'EFSA Journal          | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|---|-----------------------------------|--|
| Arabinoxilano prodotto dall'endosperma del frumento                          | L'assunzione di arabinoxilano nell'ambito di un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento di glucosio ematico post-prandiale                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 8 g di fibre ricche di arabinoxilano (AX) prodotto dall'endosperma del frumento (almeno il 60 % di AX in termini di peso) per 100 g di carboidrati disponibili in una porzione quantificata nell'ambito del pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di fibre ricche di arabinoxilano (AX) prodotto dall'endosperma del frumento nell'ambito del pasto. |   | 2011;9(6):2205                    | 830  |
| Beta-glucani   | I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 1 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo o crusca d'orzo o da miscele di tali fonti per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo o crusca d'orzo o da miscele di tali beta-glucani.   |   | 2009; 7(9):1254<br>2011;9(6):2207 | 754, 755, 757, 801, 1465,<br>2934<br>1236, 1299  |
| Beta-glucani da orzo e avena   | L'assunzione di beta-glucani da orzo o avena nell'ambito di un pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 4 g di beta-glucani da orzo o avena per ogni 30 g di carboidrati disponibili in una porzione quantificata nell'ambito del pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di beta-glucani da orzo o avena nell'ambito del pasto.   |   | 2011;9(6):2207                    | 821, 824   |
| Betaina  | La betaina contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 500 mg di betaina per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 1,5 g di betaina.   | L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che un'assunzione quotidiana superiore a 4 g può comportare un notevole aumento dei livelli di colesterolo nel sangue. | 2011;9(4):2052                    | 4325   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione | Condizioni d'uso dell'indicazione | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------|--|
|--|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------|--|

**▼M2**

|   |   |   |   |                 |   |
|---|---|---|---|-----------------|---|
| Bevanda analcolica acida riformulata con le seguenti caratteristiche:<br>— meno di 1 g di carboidrati fermentabili ogni 100 ml (di zuccheri e altri carboidrati esclusi i polioli),<br>— tra 0,3 e 0,8 moli di calcio per mole di acidificante,<br>— pH compreso fra 3,7 e 4,0. | La sostituzione delle bevande acide contenenti zucchero, come le bevande analcoliche (con un tenore di zuccheri pari, di norma, a 8-12 g/100 ml), con bevande riformulate contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti (***) . | Per poter recare l'indicazione sulla salute, le bevande acide riformulate devono essere conformi alla descrizione del prodotto alimentare oggetto dell'indicazione. | — | 2010;8(12):1884 | — |
|---|---|---|---|-----------------|---|

**▼C1**

|         |  |  |   |                                    |                     |
|---------|--|--|---|------------------------------------|---------------------|
| Biotina | La biotina contribuisce al normale metabolismo energetico            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. | — | 2009; 7(9):1209                    | 114, 117            |
| Biotina | La biotina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. | — | 2009; 7(9):1209                    | 116                 |
| Biotina | La biotina contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. | — | 2009; 7(9):1209<br>2010;8(10):1728 | 113, 114, 117, 4661 |
| Biotina | La biotina contribuisce alla normale funzione psicologica            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di biotina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. | — | 2010;8(10):1728                    | 120                 |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva,<br>sostanza di altro tipo,<br>alimento o categoria di<br>alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso<br>dell'alimento e/o dicitura o<br>avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA<br>Journal        | Numero delle pertinenti voci<br>nell'elenco consolidato<br>sottoposto alla valutazione<br>dell'EFSA |
|---|---|--|--|------------------------------------|---|
| Biotina   | La biotina contribuisce<br>al mantenimento di ca-<br>pelli normali            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di biotina come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1209<br>2010;8(10):1728 | 118, 121, 2876  |
| Biotina   | La biotina contribuisce<br>al mantenimento di<br>membrane mucose nor-<br>mali | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di biotina come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1209                    | 115   |
| Biotina   | La biotina contribuisce<br>al mantenimento di una<br>pelle normale            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di biotina come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1209<br>2010;8(10):1728 | 115, 121  |
| Calcio  | Il calcio contribuisce<br>alla normale coagula-<br>zione del sangue           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di calcio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1210                    | 230, 236  |
| Calcio  | Il calcio contribuisce al<br>normale metabolismo<br>energetico                | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di calcio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1210                    | 234   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal  | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|---|--|
| Calcio   | Il calcio contribuisce alla normale funzione muscolare                             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1210   | 226, 230, 235  |
| Calcio   | Il calcio contribuisce alla normale neurotransmissione                             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1210   | 227, 230, 235  |
| Calcio   | Il calcio contribuisce alla normale funzione degli enzimi digestivi                | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1210   | 355  |
| Calcio   | Il calcio interviene nel processo di divisione e di specializzazione delle cellule | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1725   | 237  |
| Calcio   | Il calcio è necessario per il mantenimento di ossa normali                         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1210<br>2009; 7(9):1272<br>2010;8(10):1725<br>2011;9(6):2203 | 224, 230, 350, 354, 2731,<br>3155, 4311, 4312, 4703<br>4704                                |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal                             | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|--|--|
| Calcio   | Il calcio è necessario per il mantenimento di denti normali | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di calcio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1210<br>2010;8(10):1725<br>2011;9(6):2203 | 224, 230, 231, 2731,<br>3099, 3155, 4311, 4312,<br>4703<br>4704                            |

**▼M3**

|             |   |   |   |                |         |
|-------------|---|---|---|----------------|---------|
| Carboidrati | I carboidrati contribuiscono al mantenimento della normale funzione cerebrale | L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 130 g di carboidrati da tutte le fonti.<br>Questa indicazione può essere impiegata per alimenti che contengono almeno 20 g di carboidrati metabolizzati dall'organismo umano, esclusi i polioli, per porzione quantificata e che sono conformi all'indicazione nutrizionale «A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI» o «SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. | L'indicazione non va utilizzata per alimenti composti esclusivamente da zuccheri. | 2011;9(6):2226 | 603,653 |
|-------------|---|---|---|----------------|---------|

**▼M6**

|             |   |   |  |                  |  |
|-------------|---|---|--|------------------|--|
| Carboidrati | I carboidrati contribuiscono al recupero della normale funzione muscolare (contrazione) dopo un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici. | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce carboidrati metabolizzati dall'organismo umano (polioli esclusi).<br>Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene mediante il consumo di carboidrati da tutte le fonti pari complessivamente a 4 g per kg di peso corporeo, con un'assunzione in dosi da iniziare entro le prime 4 ore successive a un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici e da concludere comunque entro le 6 ore successive a tale esercizio. | L'indicazione può essere impiegata solo per alimenti destinati ad adulti che abbiano svolto un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici. | 2013;11(10):3409 |  |
|-------------|---|---|--|------------------|--|

**▼M9**

|                            |  |  |  |   |  |
|----------------------------|--|--|--|---|--|
| Carboidrati non digeribili | L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome di tutti i carboidrati non digeribili utilizzati> anziché zuccheri induce un minore aumento del glucosio ematico dopo la loro assunzione rispetto agli alimenti/bevande contenenti zucchero. | L'indicazione è consentita solo se gli zuccheri sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande con carboidrati non digeribili, che sono carboidrati che non vengono né digeriti né assorbiti nell'intestino tenue, in modo tale che il contenuto di zuccheri in tali alimenti o bevande sia ridotto almeno nella misura specificata nell'indicazione A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA] di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2014;12(1):3513<br>2014;12(10):3838<br>2014;12(10):3839 |  |
|----------------------------|--|--|--|---|--|

**▼M9**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|--------------------------|--|
| Carboidrati non fermentabili   | L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome di tutti i carboidrati non fermentabili utilizzati> anziché carboidrati fermentabili contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti. | <p>L'indicazione è consentita solo se i carboidrati fermentabili <sup>(1**)</sup> sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande con carboidrati non fermentabili <sup>(2***)</sup> in quantità tali che il consumo di tali alimenti o bevande non riduca il pH della placca a un valore inferiore a 5,7 nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione.</p> <p><sup>(1**)</sup> Si definiscono carboidrati fermentabili tutti quei carboidrati o miscele di carboidrati consumati negli alimenti o nelle bevande che riducono il pH della placca a un valore inferiore a 5,7, così come determinato in vivo o in situ da test telemetrici del pH della placca, a causa di fermentazione batterica nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione.</p> <p><sup>(2***)</sup> Si definiscono carboidrati non fermentabili tutti quei carboidrati o miscele di carboidrati consumati negli alimenti o nelle bevande che non riducono il pH della placca a un valore conservativo inferiore a 5,7, così come determinato in vivo o in situ da test telemetrici del pH della placca, a causa di fermentazione batterica nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione.</p> |  | 2013;11(7):3329          |  |

**▼C1**

|                |   |  |  |                |      |
|----------------|---|--|--|----------------|------|
| Carbone attivo | Il carbone attivo contribuisce alla riduzione dell'eccessiva flatulenza post-prandiale  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 1 g di carbone attivo per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 1 g almeno 30 minuti prima del pasto e di 1 g subito dopo il pasto.                              |  | 2011;9(4):2049 | 1938 |
| Carne o pesce  | Se consumati con altri alimenti contenenti ferro, la carne o il pesce contribuiscono al miglioramento dell'assorbimento del ferro | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 50 g di carne o di pesce in una singola porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 50 g di carne o di pesce con uno o più alimenti contenenti ferro non emico. |  | 2011;9(4):2040 | 1223 |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare   | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|--------------------------|--|
| Cellulosa metilica propilica idrossilata (HPMC)                              | L'assunzione di cellulosa metilica propilica idrossilata durante il pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 4 g di HPMC per porzione quantificata nell'ambito di un pasto. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 4 g di HPMC nell'ambito di un pasto. | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2010;8(10):1739          | 814  |
| Cellulosa metilica propilica idrossilata (HPMC)                              | La cellulosa metilica propilica idrossilata contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue                                  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 5 g di HPMC. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 5 g di HPMC.                                     | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2010;8(10):1739          | 815  |
| Chitosano  | Il chitosano contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 3 g di chitosano. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di chitosano.                           |  | 2011;9(6):2214           | 4663   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare  | Numero dell'EFSA Journal  | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|---|---|--|
| Cloruro  | Il cloruro contribuisce alla normale digestione mediante la produzione di acido cloridrico nello stomaco             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di cloruro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.         | L'indicazione non può essere impiegata per il cloruro ottenuto a partire da cloruro di sodio  | 2010;8(10):1764   | 326  |
| Colina   | La colina contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 82,5 mg di colina per 100 g o 100 ml o per singola porzione di alimento.  |   | 2011;9(4):2056  | 3090   |
| Colina   | La colina contribuisce al normale metabolismo dei lipidi   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 82,5 mg di colina per 100 g o 100 ml o per singola porzione di alimento.  |   | 2011;9(4):2056  | 3186   |
| Colina   | La colina contribuisce al mantenimento della normale funzione epatica  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 82,5 mg di colina per 100 g o 100 ml o per singola porzione di alimento.  |   | 2011;9(4):2056<br>2011;9(6):2203  | 1501<br>712, 1633  |
| Creatina   | La creatina incrementa le prestazioni fisiche in caso di attività ripetitive, di elevata intensità e di breve durata | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 3 g di creatina. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di creatina. | L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti destinati a adulti che praticano un esercizio fisico intenso  | 2011;9(7):2303  | 739, 1520, 1521, 1522, 1523, 1525, 1526, 1531, 1532, 1533, 1534, 1922, 1923, 1924          |
| <b>▼M11</b>  | Creatina   | Il consumo quotidiano di creatina può rafforzare l'effetto dell'allenamento con resistenza sulla forza muscolare negli adulti di età superiore ai 55 anni  | Il consumatore va informato che:<br>— l'indicazione è destinata ad adulti di età superiore ai 55 anni che praticano regolarmente un allenamento con resistenza;<br>— l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione quotidiana di 3 g di creatina abbinata a un allenamento con resistenza che permetta un incremento del carico nel tempo e che dovrebbe essere svolto almeno tre volte alla settimana per diverse settimane, con un'intensità almeno pari al 65-75 % del carico massimale di ripetizione (*****). | L'indicazione può essere usata solo per alimenti destinati ad adulti di età superiore ai 55 anni che praticano regolarmente un allenamento di resistenza. | 2016;14(2):4400  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|------------------------------------|--|
| Cromo  | Il cromo contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di cromo trivale come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010;8(10):1732                    | 260, 401, 4665, 4666, 4667   |
| Cromo  | Il cromo contribuisce al mantenimento di livelli normali di glucosio nel sangue   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di cromo trivale come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010;8(10):1732<br>2011;9(6):2203  | 262, 4667<br>4698  |
| Fermenti vivi nello yogurt   | Nei soggetti che maldigeriscono il lattosio, i fermenti vivi nello yogurt o nel latte fermentato migliorano la digestione del lattosio contenuto nel prodotto | Per poter recare l'indicazione, lo yogurt o il latte fermentato devono contenere almeno $10^8$ di microorganismi vivi e starter (unità formanti colonia) ( <i>Lactobacillus delbrueckii</i> subsp. <i>bulgaricus</i> e <i>Streptococcus thermophilus</i> ) per grammo. |  | 2010;8(10):1763                    | 1143, 2976   |
| Ferro  | Il ferro contribuisce alla normale funzione cognitiva   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.           |  | 2009; 7(9):1215                    | 253  |
| Ferro  | Il ferro contribuisce al normale metabolismo energetico   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.           |  | 2009; 7(9):1215<br>2010;8(10):1740 | 251, 1589, 255   |
| Ferro  | Il ferro contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi e dell'emoglobina   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.           |  | 2009; 7(9):1215<br>2010;8(10):1740 | 249, 1589, 374, 2889   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|------------------------------------|--|
| Ferro  | Il ferro contribuisce al normale trasporto di ossigeno nell'organismo            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1215<br>2010;8(10):1740 | 250, 254, 256, 255   |
| Ferro  | Il ferro contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1215                    | 252, 259   |
| Ferro  | Il ferro contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010;8(10):1740                    | 255, 374, 2889   |
| Ferro  | Il ferro interviene nel processo di divisione delle cellule                      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di ferro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1215                    | 368  |
| Fibra di avena   | La fibra di avena contribuisce all'aumento della massa fecale                    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2011;9(6):2249                     | 822  |
| Fibra di barbabietola da zucchero  | La fibra di barbabietola da zucchero contribuisce all'aumento della massa fecale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2011; 9(12):2468                   |  |
| Fibra di frumento  | La fibra di frumento contribuisce all'accelerazione del transito intestinale     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 10 g di fibre di frumento. |  | 2010;8(10):1817                    | 828, 839, 3067, 4699   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|--------------------------|--|
| Fibra di frumento  | La fibra di frumento contribuisce all'aumento della massa fecale  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1817          | 3066   |
| Fibra di orzo  | La fibra di orzo contribuisce all'aumento della massa fecale      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2011;9(6):2249           | 819  |
| Fibra di segale  | La fibra di segale contribuisce alla normale funzione intestinale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento con un elevato contenuto di tale fibra come specificato nell'indicazione «AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2011;9(6):2258           | 825  |

**▼M7**

|                     |   |   |   |  |   |
|---------------------|---|---|---|--|---|
| Flavanoli del cacao | I flavanoli del cacao aiutano a mantenere l'elasticità dei vasi sanguigni, la quale contribuisce a un normale flusso sanguigno (*****) (*****). | Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 200 mg di flavanoli del cacao. L'indicazione può essere usata solo per bevande al cacao (con cacao in polvere) o per cioccolato fondente che forniscono un apporto giornaliero di almeno 200 mg di flavanoli del cacao con un grado di polimerizzazione compreso tra 1 e 10 (*****).<br><br>L'indicazione può essere usata solo per capsule o compresse contenenti estratto di cacao ad alto contenuto di flavanoli che forniscono un apporto giornaliero di almeno 200 mg di flavanoli del cacao con un grado di polimerizzazione compreso tra 1 e 10 (*****). | — | 2012;10(7):<br>2809 (*****)<br><br>2014;12(5):<br>3654 (*****) | — |
|---------------------|---|---|---|--|---|

**▼C1**

|          |   |   |  |                                    |                      |
|----------|---|---|--|------------------------------------|----------------------|
| Fluoruro | Il fluoruro contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fluoruro come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1212<br>2010;8(10):1797 | 275, 276, 338, 4238, |
| Folato   | Il folato contribuisce alla crescita dei tessuti materni in gravidanza    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1213                    | 2882                 |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|--------------------------|--|
| Folato   | Il folato contribuisce alla normale sintesi degli amminoacidi               | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1760          | 195, 2881  |
| Folato   | Il folato contribuisce alla normale emopoiesi                               | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1213          | 79   |
| Folato   | Il folato contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1213          | 80   |
| Folato   | Il folato contribuisce alla normale funzione psicologica                    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1760          | 81, 85, 86, 88   |
| Folato   | Il folato contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario        | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1213          | 91   |
| Folato   | Il folato contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1760          | 84   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|------------------------------------|--|
| Folato   | Il folato interviene nel processo di divisione delle cellule           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di folato come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1213<br>2010;8(10):1760 | 193, 195, 2881   |
| Fosforo  | Il fosforo contribuisce al normale metabolismo energetico              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1219                    | 329, 373   |
| Fosforo  | Il fosforo contribuisce alla normale funzione delle membrane cellulari | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1219                    | 328  |
| Fosforo  | Il fosforo contribuisce al mantenimento di ossa normali                | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1219                    | 324, 327   |
| Fosforo  | Il fosforo contribuisce al mantenimento di denti normali               | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di fosforo come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1219                    | 324, 327   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione | Condizioni d'uso dell'indicazione | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------|--|
|--|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------|--|

**▼M1**

|           |  |   |  |                |     |
|-----------|--|---|--|----------------|-----|
| Fruttosio | Il consumo di alimenti contenenti fruttosio determina un minore aumento del glucosio ematico rispetto agli alimenti contenenti saccarosio o glucosio | L'indicazione è consentita solo se il glucosio e/o il saccarosio sono sostituiti con fruttosio nelle bevande o negli alimenti zuccherati in modo tale che la riduzione di glucosio e/o di saccarosio in detti alimenti o bevande sia almeno del 30 %. |  | 2011;9(6):2223 | 558 |
|-----------|--|---|--|----------------|-----|

**▼C1**

|                                   |   |  |  |                                    |                       |
|-----------------------------------|---|--|--|------------------------------------|-----------------------|
| Glucomannano (konjac del mannano) | Il glucomannano contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 4 g di glucomannano. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 4 g di glucomannano. | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2009; 7(9):1258<br>2010;8(10):1798 | 836, 1560, 3100, 3217 |
|-----------------------------------|---|--|--|------------------------------------|-----------------------|

|                                   |   |   |  |                 |                  |
|-----------------------------------|---|---|--|-----------------|------------------|
| Glucomannano (konjac del mannano) | Nel contesto di una dieta ipocalorica il glucomannano contribuisce alla perdita di peso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 1 g di glucomannano per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di glucomannano in tre dosi da 1 g ciascuna, con 1-2 bicchieri d'acqua, prima dei pasti e nel contesto di una dieta ipocalorica. | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2010;8(10):1798 | 854, 1556, 3725, |
|-----------------------------------|---|---|--|-----------------|------------------|

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal                            | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|---|--|
| Gomma da masticare senza zucchero  | La gomma da masticare senza zucchero contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti  | Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.<br>Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene masticando la gomma per almeno 20 minuti dopo l'assunzione di un cibo o di una bevanda.   |  | 2009; 7(9):1271<br>2011;9(4):2072<br>2011;9(6):2266 | 1151, 1154<br>486, 562, 1181   |
| Gomma da masticare senza zucchero  | La gomma da masticare senza zucchero contribuisce alla neutralizzazione degli acidi della placca  | Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.<br>Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene masticando la gomma per almeno 20 minuti dopo l'assunzione di un cibo o di una bevanda.   |  | 2009; 7(9):1271<br>2011;6(6):2266                   | 1150<br>485  |
| Gomma da masticare senza zucchero  | La gomma da masticare senza zucchero contribuisce alla riduzione della secchezza orale  | Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.<br>Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene masticando la gomma ogniqualvolta si avverte la sensazione di bocca secca.  |  | 2009; 7(9):1271                                     | 1240   |
| Gomma da masticare senza zucchero con carbammide                             | La gomma da masticare senza zucchero con carbammide neutralizza gli acidi della placca in maniera più efficace rispetto alla gomma da masticare senza zucchero senza carbammide | Questa indicazione può essere impiegata solo per la gomma da masticare che ottemperi alle condizioni per l'uso dell'indicazione nutrizionale «SENZA ZUCCHERI» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.<br>Per poter recare l'indicazione ogni tavoletta di gomma da masticare senza zucchero deve contenere almeno 20 mg di carbammide. Il consumatore va informato che la gomma va masticata per almeno 20 minuti dopo l'assunzione di un cibo o di una bevanda. |  | 2011;9(4):2071                                      | 1153   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare  | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|---|--------------------------|--|
| Gomma di guar  | La gomma di guar contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 10 g di gomma di guar. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 10 g di gomma di guar. | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Vainoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2010;8(2):1464           | 808  |

**▼M8**

|                             |  |   |  |                 |  |
|-----------------------------|--|---|--|-----------------|--|
| Inulina estratta da cicoria | L'inulina da cicoria contribuisce alle normali funzioni intestinali grazie a un aumento della frequenza di evacuazione (*****) | Il consumatore va informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione quotidiana di 12 g di inulina da cicoria. L'indicazione può essere usata solo per alimenti che forniscono un apporto giornaliero di almeno 12 g di inulina estratta da cicoria, una miscela non frazionata di monosaccaridi (< 10 %), disaccaridi, fruttani di tipo inulinico e inulina estratti dalla cicoria con un grado di polimerizzazione medio $\geq 9$ . |  | 2015;13(1):3951 |  |
|-----------------------------|--|---|--|-----------------|--|

**▼C1**

|       |  |  |  |                                    |          |
|-------|--|--|--|------------------------------------|----------|
| Iodio | Lo iodio contribuisce alla normale funzione cognitiva              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1800                    | 273      |
| Iodio | Lo iodio contribuisce al normale metabolismo energetico            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1214<br>2010;8(10):1800 | 274, 402 |
| Iodio | Lo iodio contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1800                    | 273      |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|--------------------------|--|
| Iodio  | Lo iodio contribuisce al mantenimento di una pelle normale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1214          | 370  |

|       |  |  |  |                                    |           |
|-------|--|--|--|------------------------------------|-----------|
| Iodio | Lo iodio contribuisce alla normale produzione di ormoni della tiroide e alla normale funzione tiroidea | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di iodio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1214<br>2010;8(10):1800 | 274, 1237 |
|-------|--|--|--|------------------------------------|-----------|

**▼M16**

|  |  |  |  |                 |  |
|--|--|--|--|-----------------|--|
| Kiwi verde ( <i>Actinidia deliciosa</i> «Hayward») | Il consumo di kiwi verdi contribuisce alle normali funzioni intestinali grazie a un aumento della frequenza di evacuazione | L'indicazione può essere utilizzata solo per:<br>i) kiwi verdi freschi venduti come tali, oppure<br>ii) kiwi verdi freschi che sono stati solo sbucciati e/o tagliati costituendo un minimo di 200 g di polpa di kiwi.<br>L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 200 g di polpa di kiwi verdi freschi. |  | 2021;19(6):6641 |  |
|--|--|--|--|-----------------|--|

**▼C1**

|         |   |   |   |                                   |                    |
|---------|---|---|---|-----------------------------------|--------------------|
| Lattasi | La lattasi migliora la digestione del lattosio nei soggetti che maledigeriscono il lattosio | Questa indicazione può essere impiegata solo per gli integratori alimentari con una dose minima di 4 500 unità di FCC (Food Chemicals Codex), con l'avvertenza per il consumatore della necessità dell'assunzione a ogni pasto contenente lattosio. | I consumatori vanno inoltre avvertiti che la tolleranza al lattosio è variabile e che è opportuno chiedere consiglio circa il ruolo di tale sostanza nella propria dieta. | 2009; 7(9):1236<br>2011;9(6):2203 | 1697, 1818<br>1974 |
|---------|---|---|---|-----------------------------------|--------------------|

**▼M12**

|           |  |   |   |                  |  |
|-----------|--|---|---|------------------|--|
| Lattitolo | Il lattitolo contribuisce alle normali funzioni intestinali grazie a un aumento della frequenza di evacuazione | Questa indicazione può essere impiegata solo per integratori alimentari che contengono 10 g di lattitolo in una singola porzione giornaliera quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 10 g di lattitolo in un'unica dose giornaliera. | L'indicazione non va utilizzata per alimenti destinati a bambini. | 2015;13(10):4252 |  |
|-----------|--|---|---|------------------|--|

**▼C1**

|            |   |   |  |                 |     |
|------------|---|---|--|-----------------|-----|
| Lattulosio | Il lattulosio contribuisce all'accelerazione del transito intestinale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 10 g di lattulosio in una singola porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con una dose di 10 g di lattulosio al giorno. |  | 2010;8(10):1806 | 807 |
|------------|---|---|--|-----------------|-----|

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|------------------------------------|--|
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1807                    | 244  |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce all'equilibrio elettrolitico                         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1216                    | 238  |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce al normale metabolismo energetico                    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1216                    | 240, 247, 248  |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1216                    | 242  |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce alla normale funzione muscolare                      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1216<br>2010;8(10):1807 | 241, 380, 3083   |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce alla normale sintesi proteica                        | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1216                    | 364  |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce alla normale funzione psicologica                    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1807                    | 245, 246   |
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce al mantenimento di ossa normali                      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1216                    | 239  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|------------------------------------|--|
| Magnesio   | Il magnesio contribuisce al mantenimento di denti normali                       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1216                    | 239  |
| Magnesio   | Il magnesio interviene nel processo di divisione delle cellule                  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di magnesio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1216                    | 365  |
| Manganese  | Il manganese contribuisce al normale metabolismo energetico                     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1217<br>2010;8(10):1808 | 311, 405   |
| Manganese  | Il manganese contribuisce al mantenimento di ossa normali                       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1217                    | 310  |
| Manganese  | Il manganese contribuisce alla normale formazione di tessuti connettivi         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010;8(10):1808                    | 404  |
| Manganese  | Il manganese contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di manganese come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1217                    | 309  |
| Melatonina   | La melatonina contribuisce ad alleviare gli effetti del jet lag                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene almeno 0,5 mg di melatonina per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione, poco prima di coricarsi, di un minimo di 0,5 mg il primo giorno di viaggio e per alcuni giorni dopo l'arrivo a destinazione. |  | 2010; 8(2):1467                    | 1953   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|--------------------------|--|
| Melatonina   | La melatonina contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 1 mg di melatonina per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione, poco prima di coricarsi, di 1 mg di melatonina. |  | 2011;9(6):2241           | 1698, 1780, 4080   |
| Molibdeno  | Il molibdeno contribuisce al normale metabolismo degli amminoacidi solforati     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di molibdeno come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.                           |  | 2010;8(10):1745          | 313  |

**▼M15****▼C1**

|         |  |  |  |                                    |                |
|---------|--|--|--|------------------------------------|----------------|
| Niacina | La niacina contribuisce al normale metabolismo energetico            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1224<br>2010;8(10):1757 | 43, 49, 54, 51 |
| Niacina | La niacina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1224                    | 44, 53         |
| Niacina | La niacina contribuisce alla normale funzione psicologica            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1757                    | 55             |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare   | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|------------------------------------|--|
| Niacina  | La niacina contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali                     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.       |  | 2009; 7(9):1224                    | 45, 52, 4700   |
| Niacina  | La niacina contribuisce al mantenimento di una pelle normale                           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.       |  | 2009; 7(9):1224<br>2010;8(10):1757 | 45, 48, 50, 52, 4700   |
| Niacina  | La niacina contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di niacina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.       |  | 2010;8(10):1757                    | 47   |
| Noci   | Le noci contribuiscono al miglioramento dell'elasticità dei vasi sanguigni             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 30 g di noci. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 30 g di noci.     |  | 2011;9(4):2074                     | 1155, 1157   |
| Pectine  | Le pectine contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 6 g di pectine. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 6 g di pectine. | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2010;8(10):1747                    | 818, 4236  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare   | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|--------------------------|--|
| Pectine  | L'assunzione di pectine durante il pasto contribuisce alla riduzione dell'aumento del glucosio ematico post-prandiale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che contiene 10 g di pectine per porzione quantificata. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 10 g di pectine nell'ambito di un pasto.  | Va segnalato un possibile pericolo di soffocamento per le persone con difficoltà di deglutizione o in caso di ingestione senza un'adeguata assunzione di liquidi. Va inoltre riportata l'avvertenza che, affinché possa raggiungere lo stomaco, la sostanza deve sempre essere assunta con abbondante acqua. | 2010;8(10):1747          | 786  |
| Polifenoli dell'olio di oliva  | I polifenoli dell'olio di oliva contribuiscono alla protezione dei lipidi ematici dallo stress ossidativo             | Questa indicazione può essere impiegata solo per l'olio d'oliva che contiene almeno 5 mg di idrossitirosole e suoi derivati (ad esempio, complesso oleuropeina e tirosole) per 20 g di olio d'oliva. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 20 g di olio d'oliva. |  | 2011;9(4):2033           | 1333, 1638, 1639, 1696, 2865   |
| Potassio   | Il potassio contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di potassio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010; 8(2):1469          | 386  |
| Potassio   | Il potassio contribuisce alla normale funzione muscolare  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di potassio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010; 8(2):1469          | 320  |
| Potassio   | Il potassio contribuisce al mantenimento di una normale pressione sanguigna   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di potassio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010; 8(2):1469          | 321  |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal          | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|-----------------------------------|--|
| Proteine   | Le proteine contribuiscono alla crescita della massa muscolare                     | Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di proteine come specificato nell'indicazione «FONTE DI PROTEINE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2010;8(10):1811<br>2011;9(6):2203 | 415, 417, 593, 594, 595,<br>715<br>1398  |
| Proteine   | Le proteine contribuiscono al mantenimento della massa muscolare                   | Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di proteine come specificato nell'indicazione «FONTE DI PROTEINE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2010;8(10):1811<br>2011;9(6):2203 | 415, 417, 593, 594, 595,<br>715<br>1398  |
| Proteine   | Le proteine contribuiscono al mantenimento di ossa normali                         | Quest'indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di proteine come specificato nell'indicazione «FONTE DI PROTEINE» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2010;8(10):1811<br>2011;9(6):2203 | 416<br>4704  |
| <b>▼M1</b>   |  |  |  |                                   |  |
| Prugne secche (frutti di <i>Prunus domestica</i> L.)                         | Le prugne secche contribuiscono al mantenimento delle normali funzioni intestinali | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 100 g di prugne secche. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 100 g di prugne secche. |  | 2012;10(6):2712                   | 1164   |
| <b>▼C1</b>   |  |  |  |                                   |  |
| Rame   | Il rame contribuisce al mantenimento di tessuti connettivi normali                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.                          |  | 2009; 7(9):1211                   | 265, 271, 1722   |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva,<br>sostanza di altro tipo,<br>alimento o categoria di<br>alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso<br>dell'alimento e/o dicitura o<br>avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA<br>Journal        | Numero delle pertinenti voci<br>nell'elenco consolidato<br>sottoposto alla valutazione<br>dell'EFSA |
|---|---|---|--|------------------------------------|---|
| Rame  | Il rame contribuisce al normale metabolismo energetico            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1211<br>2011;9(4):2079  | 266, 1729   |
| Rame  | Il rame contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1211<br>2011;9(4):2079  | 267, 1723   |
| Rame  | Il rame contribuisce alla normale pigmentazione dei capelli       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1211                    | 268, 1724   |
| Rame  | Il rame contribuisce al normale trasporto di ferro nell'organismo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1211<br>2011; 270, 1727 | 269,  |
| Rame  | Il rame contribuisce alla normale pigmentazione della pelle       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1211                    | 268, 1724   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva,<br>sostanza di altro tipo,<br>alimento o categoria di<br>alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso<br>dell'alimento e/o dicitura o<br>avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA<br>Journal       | Numero delle pertinenti voci<br>nell'elenco consolidato<br>sottoposto alla valutazione<br>dell'EFSA |
|---|--|--|--|-----------------------------------|---|
| Rame  | Il rame contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.        |  | 2009; 7(9):1211<br>2011;9(4):2079 | 264, 1725   |
| Rame  | Il rame contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di rame come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.        |  | 2009; 7(9):1211                   | 263, 1726   |
| Riboflavina<br>(vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al normale metabolismo energetico              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814                   | 29, 35, 36, 42  |
| Riboflavina<br>(vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814                   | 213   |
| Riboflavina<br>(vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814                   | 31  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|--------------------------|--|
| Riboflavina (vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al mantenimento di globuli rossi normali              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814          | 40   |
| Riboflavina (vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al mantenimento di una pelle normale                  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814          | 31, 33   |
| Riboflavina (vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814          | 39   |
| Riboflavina (vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce al normale metabolismo del ferro                      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814          | 30, 37   |
| Riboflavina (vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814          | 207  |
| Riboflavina (vitamina B2)  | La riboflavina contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di riboflavina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1814          | 41   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva,<br>sostanza di altro tipo,<br>alimento o categoria di<br>alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso<br>dell'alimento e/o dicitura o<br>avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA<br>Journal        | Numero delle pertinenti voci<br>nell'elenco consolidato<br>sottoposto alla valutazione<br>dell'EFSA |
|---|---|--|--|------------------------------------|---|
| Selenio   | Il selenio contribuisce<br>alla normale spermato-<br>genesi                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di selenio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1220                    | 396   |
| Selenio   | Il selenio contribuisce al<br>mantenimento di capelli<br>normali            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di selenio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1727                    | 281   |
| Selenio   | Il selenio contribuisce al<br>mantenimento di unghie<br>normali             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di selenio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1727                    | 281   |
| Selenio   | Il selenio contribuisce<br>alla normale funzione<br>del sistema immunitario | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di selenio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1220<br>2010;8(10):1727 | 278, 1750   |
| Selenio   | Il selenio contribuisce<br>alla normale funzione ti-<br>roidea              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un ali-<br>mento che è almeno una fonte di selenio come specificato<br>nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE<br>VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di<br>cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1727<br>2009; 7(9):1220 | 279, 282, 286, 410,<br>1289, 1290, 1291, 1292,<br>1293  |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|------------------------------------|--|
| Selenio  | Il selenio contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di selenio come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1220<br>2010;8(10):1727 | 277, 283, 286, 1289,<br>1290, 1291, 1293, 1751,<br>410, 1292                               |

**▼M14**

|                          |   |  |  |                 |  |
|--------------------------|---|--|--|-----------------|--|
| Soluzioni di carboidrati | Le soluzioni di carboidrati contribuiscono al miglioramento delle prestazioni fisiche durante un esercizio fisico intenso e prolungato negli adulti allenati. | L'indicazione può essere impiegata solo per le soluzioni di carboidrati che, secondo le istruzioni per l'uso, forniscono tra 30 e 90 g di carboidrati all'ora, quando i carboidrati in questione sono glucosio, saccarosio, fruttosio e/o maltodestrine, alle seguenti condizioni:<br><br>a) il fruttosio (derivato da fruttosio e/o da saccarosio) non deve rappresentare più di 1/3 dei carboidrati totali, e<br><br>b) il glucosio (derivato da glucosio, da saccarosio e/o da maltodestrine) non deve superare 60 g/h.<br><br>Il consumatore va informato del fatto che solo gli adulti allenati che svolgono un esercizio fisico intenso (almeno il 65 % del VO <sub>2</sub> max) e prolungato (almeno 60 minuti) ottengono l'effetto benefico. | L'indicazione può essere impiegata solo per gli alimenti destinati ad adulti allenati che svolgono un esercizio fisico intenso e prolungato. | 2018;16(3):5191 |  |
|--------------------------|---|--|--|-----------------|--|

**▼C1**

|                                      |   |   |  |                |   |
|--------------------------------------|---|---|--|----------------|---|
| Soluzioni di carboidrati-elettroliti | Le soluzioni di carboidrati-elettroliti contribuiscono al mantenimento di prestazioni di resistenza durante l'esercizio fisico prolungato | Per poter recare l'indicazione, le soluzioni di carboidrati-elettroliti devono contenere 80-350 kcal/L da carboidrati e almeno il 75 % dell'energia deve essere fornito da carboidrati capaci di indurre un'elevata risposta glicemica, quali glucosio, polimeri di glucosio e saccarosio. Inoltre le bevande devono contenere tra 20 mmol/L (460 mg/L) e 50 mmol/L (1 150 mg/L) di sodio e devono avere un'osmolarità compresa tra 200 e 330 mOsm/kg di acqua. |  | 2011;9(6):2211 | 466, 469  |
| Soluzioni di carboidrati-elettroliti | Le soluzioni di carboidrati-elettroliti aumentano l'assorbimento di acqua durante l'esercizio fisico                                      | Per poter recare l'indicazione, le soluzioni di carboidrati-elettroliti devono contenere 80-350 kcal/L da carboidrati e almeno il 75 % dell'energia deve essere fornito da carboidrati capaci di indurre un'elevata risposta glicemica, quali glucosio, polimeri di glucosio e saccarosio. Inoltre le bevande devono contenere tra 20 mmol/L (460 mg/L) e 50 mmol/L (1 150 mg/L) di sodio e devono avere un'osmolarità compresa tra 200 e 330 mOsm/kg di acqua. |  | 2011;9(6):2211 | 314, 315, 316, 317, 319, 322, 325, 332, 408, 465, 473, 1168, 1574, 1593, 1618, 4302, 4309 |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti   | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal         | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|----------------------------------|--|
| Sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi, xilitolo, sorbitolo, mannitol, maltitol, lattitolo, isomalto, eritritolo, sucrulosio e polidestrosio; D-tagatosio e isomaltulosio | L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome del sostituto dello zucchero> anziché zucchero (**) contribuisce al mantenimento della mineralizzazione dei denti   | L'indicazione è consentita solo se gli zuccheri sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande (che riducono il pH della placca a un valore inferiore a 5,7) con sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi, xilitolo, sorbitolo, mannitol, maltitol, lattitolo, isomalto, eritritolo, D-tagatosio, isomaltulosio, sucrulosio o polidestrosio, o una loro combinazione, in quantità tali che il consumo di tali alimenti o bevande non riduca il pH della placca a un valore inferiore a 5,7 nel corso dell'assunzione e fino a 30 minuti dopo tale assunzione.   |  | 2011;9(4):2076<br>2011;9(6):2229 | 463, 464, 563, 618, 647, 1182, 1591, 2907, 2921, 4300<br>1134, 1167, 1283                  |
| Sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi; xilitolo, sorbitolo, mannitol, maltitol, lattitolo, isomalto, eritritolo, sucrulosio e polidestrosio; D-tagatosio e isomaltulosio | L'assunzione di alimenti/bevande contenenti <nome del sostituto dello zucchero> anziché zucchero (*) induce un minore aumento del glucosio ematico dopo la loro assunzione rispetto agli alimenti/bevande contenenti zucchero | L'indicazione è consentita solo se gli zuccheri sono sostituiti negli alimenti o nelle bevande con sostituti dello zucchero, ossia edulcoranti intensi, xilitolo, sorbitolo, mannitol, maltitol, lattitolo, isomalto, eritritolo, sucrulosio o polidestrosio, o una loro combinazione, in modo tale che il contenuto di zuccheri in tali alimenti o bevande sia ridotto almeno nella misura specificata nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. Nel caso del D-tagatosio e dell'isomaltulosio, essi devono sostituire quantità equivalenti di altri zuccheri nella stessa proporzione specificata nell'indicazione «A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006 |  | 2011;9(4):2076<br>2011;9(6):2229 | 617, 619, 669, 1590, 1762, 2903, 2908, 2920<br>4298  |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione | Condizioni d'uso dell'indicazione | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------|--|
|--|-------------|-----------------------------------|--|--------------------------|--|

**▼M10**

|   |  |   |  |  |      |
|---|--|---|--|--|------|
| Sostituto di un pasto per il controllo del peso | <p>La sostituzione di un pasto giornaliero principale di una dieta ipocalorica con un sostituto di un pasto contribuisce al mantenimento di peso dopo la perdita di peso</p> | <p>Per poter recare l'indicazione, un alimento deve soddisfare le seguenti condizioni:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Valore energetico</b><br/>Il valore energetico non è inferiore a 200 kcal (840 KJ) e non è superiore a 250 kcal (1 046 KJ) per pasto (*****).</li> <li><b>2. Tenore di grassi e composizione</b><br/>L'energia derivata dai grassi non deve superare il 30 % del valore energetico totale disponibile del prodotto.<br/>L'acido linoleico (sotto forma di gliceridi) non deve essere inferiore a 1 g.</li> <li><b>3. Tenore di proteine e composizione</b><br/>Le proteine contenute nell'alimento devono fornire non meno del 25 % e non più del 50 % del valore energetico totale del prodotto.<br/>L'indice chimico delle proteine deve essere uguale a quello fissato dall'Organizzazione mondiale della sanità in «Energy and protein requirements». Relazione di una riunione congiunta OMS/FAO/UNU. Ginevra, Organizzazione mondiale della sanità, 1985 (serie di relazioni tecniche dell'OMS, n. 724):</li> </ol> | <p>Per poter utilizzare l'indicazione sulla salute è indispensabile informare i consumatori sull'importanza di mantenere giornalmente un adeguato apporto di liquidi e sul fatto che i prodotti sono utili per l'uso previsto solo nell'ambito di una dieta ipocalorica che deve necessariamente comprendere altri alimenti.</p> <p>Per poter ottenere l'effetto indicato, è necessario sostituire ogni giorno un pasto principale con un sostituto di un pasto.</p> | <p>2010; 8(2):1466<br/>2015; 13(11):4287</p> | 1418 |
|---|--|---|--|--|------|

## ▼M10

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
|--|-------------|---|--|--------------------------|--|-----|------------|-----|---------|-----|--------|-----|-------------------------|-----|----------|-----|------------|-----|--------|-----|--|--|--|
|  |             | <p><i>Schema del fabbisogno di amminoacidi (g/100 g di proteine)</i></p> <table border="1"> <tbody> <tr><td>Cistina + metionina</td><td>1,7</td></tr> <tr><td>Istidina</td><td>1,6</td></tr> <tr><td>Isoleucina</td><td>1,3</td></tr> <tr><td>Leucina</td><td>1,9</td></tr> <tr><td>Lisina</td><td>1,6</td></tr> <tr><td>Fenilalanina + tirosina</td><td>1,9</td></tr> <tr><td>Treonina</td><td>0,9</td></tr> <tr><td>Triptofano</td><td>0,5</td></tr> <tr><td>Valina</td><td>1,3</td></tr> </tbody> </table> <p>L'«indice chimico» indica il rapporto più basso tra la quantità di ciascun amminoacido essenziale della proteina in prova e la quantità di ciascun amminoacido corrispondente della proteina di riferimento.</p> <p>Se l'indice chimico è inferiore al 100 % della proteina di riferimento, i livelli proteinici minimi devono essere aumentati di conseguenza. In ogni caso, l'indice chimico della proteina deve essere almeno uguale all'80 % di quello della proteina di riferimento.</p> <p>L'aggiunta di amminoacidi è comunque permessa soltanto allo scopo di migliorare il valore nutrizionale delle proteine e unicamente nelle proporzioni a tal fine necessarie.</p> | Cistina + metionina  | 1,7                      | Istidina   | 1,6 | Isoleucina | 1,3 | Leucina | 1,9 | Lisina | 1,6 | Fenilalanina + tirosina | 1,9 | Treonina | 0,9 | Triptofano | 0,5 | Valina | 1,3 |  |  |  |
| Cistina + metionina  | 1,7         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Istidina   | 1,6         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Isoleucina   | 1,3         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Leucina  | 1,9         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Lisina   | 1,6         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Fenilalanina + tirosina  | 1,9         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Treonina   | 0,9         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Triptofano   | 0,5         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Valina   | 1,3         |   |  |                          |  |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |

## ▼M10

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare   | Numero dell'EFSA Journal                 | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|--|--|
|  |  | <p><b>4. Vitamine e sali minerali</b></p> <p>L'alimento deve fornire per pasto almeno il 30 % dei valori nutritivi di riferimento di vitamine e sali minerali di cui all'allegato XIII del regolamento (UE) n. 1169/2011. Questa condizione non si applica a fluoro, cromo, cloruro e molibdeno. Il quantitativo di sodio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 172,5 mg. Il quantitativo di potassio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 500 mg (*****).</p>   |  |  |  |
| Sostituto di un pasto per il controllo del peso                              | La sostituzione di due pasti giornalieri principali di una dieta ipocalorica con sostituti di un pasto contribuisce alla perdita di peso | <p>Per poter recare l'indicazione, un alimento deve soddisfare le seguenti condizioni:</p> <p><b>1. Valore energetico</b></p> <p>Il valore energetico non è inferiore a 200 kcal (840 KJ) e non è superiore a 250 kcal (1 046 KJ) per pasto (*****).</p> <p><b>2. Tenore di grassi e composizione</b></p> <p>L'energia derivata dai grassi non deve superare il 30 % del valore energetico totale disponibile del prodotto.</p> <p>L'acido linoleico (sotto forma di gliceridi) non deve essere inferiore a 1 g.</p> <p><b>3. Tenore di proteine e composizione</b></p> <p>Le proteine contenute nell'alimento devono fornire non meno del 25 % e non più del 50 % del valore energetico totale del prodotto.</p> <p>L'indice chimico delle proteine deve essere uguale a quello fissato dall'Organizzazione mondiale della sanità in «Energy and protein requirements». Relazione di una riunione congiunta OMS/FAO/UNU. Ginevra, Organizzazione mondiale della sanità, 1985 (serie di relazioni tecniche dell'OMS, n. 724):</p> | <p>Per poter utilizzare l'indicazione sulla salute è indispensabile informare i consumatori sull'importanza di mantenere giornalmente un adeguato apporto di liquidi e sul fatto che i prodotti sono utili per l'uso previsto soltanto nell'ambito di una dieta ipocalorica che deve necessariamente comprendere altri alimenti.</p> <p>Per poter ottenere l'effetto indicato, è necessario sostituire ogni giorno due pasti principali con sostituti di un pasto.</p> | 2010; 8(2):1466<br><br>2015; 13(11):4287 | 1417   |

## ▼M10

| Sostanza nutritiva,<br>sostanza di altro tipo,<br>alimento o categoria di<br>alimenti | Indicazione | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso<br>dell'alimento e/o dicitura o<br>avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA<br>Journal | Numero delle pertinenti voci<br>nell'elenco consolidato<br>sottoposto alla valutazione<br>dell'EFSA |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
|---|-------------|--|--|-----------------------------|---|-----|------------|-----|---------|-----|--------|-----|-------------------------|-----|----------|-----|------------|-----|--------|-----|--|--|--|
|   |             | <p><b><i>Schema del fabbisogno di amminoacidi (g/100 g di proteine)</i></b></p> <table border="1"> <tbody> <tr><td>Cistina + metionina</td><td>1,7</td></tr> <tr><td>Istidina</td><td>1,6</td></tr> <tr><td>Isoleucina</td><td>1,3</td></tr> <tr><td>Leucina</td><td>1,9</td></tr> <tr><td>Lisina</td><td>1,6</td></tr> <tr><td>Fenilalanina + tirosina</td><td>1,9</td></tr> <tr><td>Treonina</td><td>0,9</td></tr> <tr><td>Triptofano</td><td>0,5</td></tr> <tr><td>Valina</td><td>1,3</td></tr> </tbody> </table> <p>L'«indice chimico» indica il rapporto più basso tra la quantità di ciascun amminoacido essenziale della proteina in prova e la quantità di ciascun amminoacido corrispondente della proteina di riferimento.</p> <p>Se l'indice chimico è inferiore al 100 % della proteina di riferimento, i livelli proteinici minimi devono essere aumentati di conseguenza. In ogni caso, l'indice chimico della proteina deve essere almeno uguale all'80 % di quello della proteina di riferimento.</p> <p>L'aggiunta di amminoacidi è comunque permessa soltanto allo scopo di migliorare il valore nutrizionale delle proteine e unicamente nelle proporzioni a tal fine necessarie.</p> | Cistina + metionina  | 1,7                         | Istidina  | 1,6 | Isoleucina | 1,3 | Leucina | 1,9 | Lisina | 1,6 | Fenilalanina + tirosina | 1,9 | Treonina | 0,9 | Triptofano | 0,5 | Valina | 1,3 |  |  |  |
| Cistina + metionina   | 1,7         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Istidina  | 1,6         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Isoleucina  | 1,3         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Leucina   | 1,9         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Lisina  | 1,6         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Fenilalanina + tirosina   | 1,9         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Treonina  | 0,9         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Triptofano  | 0,5         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |
| Valina  | 1,3         |  |  |                             |   |     |            |     |         |     |        |     |                         |     |          |     |            |     |        |     |  |  |  |

## ▼M10

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|-------------|--|--|--------------------------|--|
|  |             | <p><b>4. Vitamine e sali minerali</b></p> <p>L'alimento deve fornire per pasto almeno il 30 % dei valori nutritivi di riferimento di vitamine e minerali di cui all'allegato XIII del regolamento (UE) n. 1169/2011. Questa condizione non si applica a fluoro, cromo, cloruro e molibdeno. Il quantitativo di sodio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 172,5 mg. Il quantitativo di potassio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno pari a 500 mg (*****).</p> |  |                          |  |

## ▼C1

|                            |  |  |  |                                   |   |
|----------------------------|--|--|--|-----------------------------------|---|
| Steroli e stanoli vegetali | Gli steroli/stanoli vegetali contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue | L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 0,8 g di steroli/stanoli vegetali.   |  | 2010;8(10):1813<br>2011;9(6):2203 | 549, 550, 567, 713, 1234, 1235, 1466, 1634, 1984, 2909, 3140<br>568 |
| Tiamina                    | La tiamina contribuisce al normale metabolismo energetico  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1222                   | 21, 24, 28  |
| Tiamina                    | La tiamina contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso                                     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1222                   | 22, 27  |
| Tiamina                    | La tiamina contribuisce alla normale funzione psicologica  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1755                   | 205   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|------------------------------------|--|
| Tiamina  | La tiamina contribuisce alla normale funzione cardiaca                   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di tiamina come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.    |  | 2009; 7(9):1222                    | 20   |
| Vitamina A   | La vitamina A contribuisce al normale metabolismo del ferro              | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1221                    | 206  |
| Vitamina A   | La vitamina A contribuisce al mantenimento di membrane mucose normali    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1221<br>2010;8(10):1754 | 15, 4702   |
| Vitamina A   | La vitamina A contribuisce al mantenimento di una pelle normale          | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1221<br>2010;8(10):1754 | 15, 17, 4660, 4702   |
| Vitamina A   | La vitamina A contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1221<br>2010;8(10):1754 | 16, 4239, 4701   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal          | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|--|--|-----------------------------------|--|
| Vitamina A   | La vitamina A contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1222<br>2011;9(4):2021 | 14, 200, 1462  |
| Vitamina A   | La vitamina A interviene nel processo di specializzazione delle cellule  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina A come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1221                   | 14   |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce alla normale sintesi della cisteina          | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1759                   | 4283   |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce al normale metabolismo energetico            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1759                   | 75, 214  |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1225                   | 66   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|--------------------------|--|
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina               | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1759          | 73, 76, 199  |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce al normale metabolismo delle proteine e del glicogeno | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1225          | 65, 70, 71   |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce alla normale funzione psicologica                     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1759          | 77   |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1225          | 67, 72, 186  |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1225          | 68   |
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1759          | 78   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|---|--|--------------------------|--|
| Vitamina B6  | La vitamina B6 contribuisce alla regolazione dell'attività ormonale       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B6 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.  |  | 2009; 7(9):1225          | 69   |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce al normale metabolismo energetico            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1223          | 99, 190  |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):4114          | 95, 97, 98, 100, 102, 109  |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):4114          | 96, 103, 106   |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce alla normale funzione psicologica            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):4114          | 95, 97, 98, 100, 102, 109  |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1223          | 92, 101  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|------------------------------------|--|
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1223                    | 107  |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2010;8(10):4114                    | 108  |
| Vitamina B12   | La vitamina B12 interviene nel processo di divisione delle cellule   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina B12 come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1223<br>2010;8(10):1756 | 93, 212  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario durante e dopo uno sforzo fisico intenso | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che fornisce un apporto giornaliero di 200 mg di vitamina C. L'indicazione va accompagnata dall'informazione al consumatore che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 200 mg in aggiunta all'apporto giornaliero raccomandato di vitamina C. |  | 2009; 7(9):1226                    | 144  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione dei vasi sanguigni                        | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1226                    | 130, 131, 149  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione delle ossa                                | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006.   |  | 2009; 7(9):1226                    | 131, 149   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|------------------------------------|--|
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione delle cartilagini | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226                    | 131, 149   |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione delle gengive     | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226                    | 131, 136, 149  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione della pelle       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226                    | 131, 137, 149  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione dei denti         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226                    | 131, 149   |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce al normale metabolismo energetico   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226<br>2010;8(10):1815 | 135, 2334, 3196  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal           | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|------------------------------------|--|
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226                    | 133  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale funzione psicologica                       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1815                    | 140  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226<br>2010;8(10):1815 | 134, 4321  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226<br>2010;8(10):1815 | 129, 138, 143, 148, 3331   |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1815                    | 139, 2622  |
| Vitamina C   | La vitamina C contribuisce alla rigenerazione della forma ridotta della vitamina E | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1815                    | 202  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal          | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|-----------------------------------|--|
| Vitamina C   | La vitamina C accresce l'assorbimento del ferro                                      | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina C come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1226                   | 132, 147   |
| Vitamina D   | La vitamina D contribuisce al normale assorbimento/utilizzo del calcio e del fosforo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1227                   | 152, 157, 215  |
| Vitamina D   | La vitamina D contribuisce a normali livelli di calcio nel sangue                    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1227<br>2011;9(6):2203 | 152, 157<br>215  |
| Vitamina D   | La vitamina D contribuisce al mantenimento di ossa normali                           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1227                   | 150, 151, 158, 350   |
| Vitamina D   | La vitamina D contribuisce al mantenimento della normale funzione muscolare          | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010; 8(2):1468                   | 155  |
| Vitamina D   | La vitamina D contribuisce al mantenimento di denti normali                          | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1227                   | 151, 158   |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione   | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|--|---|--|--------------------------|--|
| Vitamina D   | La vitamina D contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010; 8(2):1468          | 154, 159   |
| Vitamina D   | La vitamina D interviene nel processo di divisione delle cellule                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina D come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1227          | 153  |
| Vitamina E   | La vitamina E contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina E come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010; 8(10):1816         | 160, 162, 1947   |
| Vitamina K   | La vitamina K contribuisce alla normale coagulazione del sangue                  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina K come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7 (9):1228         | 124, 126   |
| Vitamina K   | La vitamina K contribuisce al mantenimento di ossa normali                       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di vitamina K come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7 (9):1228         | 123, 127, 128, 2879  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva,<br>sostanza di altro tipo,<br>alimento o categoria di<br>alimenti | Indicazione  | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso<br>dell'alimento e/o dicitura o<br>avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA<br>Journal | Numero delle pertinenti voci<br>nell'elenco consolidato<br>sottoposto alla valutazione<br>dell'EFSA |
|---|--|--|--|-----------------------------|---|
| Zinco   | Lo zinco contribuisce al normale metabolismo acido-base                  | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229             | 360   |
| Zinco   | Lo zinco contribuisce al normale metabolismo dei carboidrati             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819             | 382   |
| Zinco   | Lo zinco contribuisce alla normale funzione cognitiva                    | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229             | 296   |
| Zinco   | Lo zinco contribuisce alla normale sintesi del DNA                       | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819             | 292, 293, 1759  |
| Zinco   | Lo zinco contribuisce alla normale fertilità e alla normale riproduzione | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229             | 297, 300  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|--------------------------|--|
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819          | 2890   |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al normale metabolismo degli acidi grassi | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 302  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al normale metabolismo della vitamina A   | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 361  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce alla normale sintesi proteica             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819          | 293, 4293  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al mantenimento di ossa normali           | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 295, 1756  |

## ▼C1

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|--------------------------|--|
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al mantenimento di capelli normali                            | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819          | 412  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al mantenimento di unghie normali                             | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819          | 412  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al mantenimento di una pelle normale                          | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819          | 293  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al mantenimento di normali livelli di testosterone nel sangue | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2010;8(10):1819          | 301  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce al mantenimento della capacità visiva normale                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 361  |

**▼C1**

| Sostanza nutritiva, sostanza di altro tipo, alimento o categoria di alimenti | Indicazione   | Condizioni d'uso dell'indicazione  | Condizioni e/o restrizioni d'uso dell'alimento e/o dicitura o avvertenza supplementare | Numero dell'EFSA Journal | Numero delle pertinenti voci nell'elenco consolidato sottoposto alla valutazione dell'EFSA |
|--|---|--|--|--------------------------|--|
| Zinco  | Lo zinco contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario         | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 291, 1757  |
| Zinco  | Lo zinco contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 294, 1758  |
| Zinco  | Lo zinco interviene nel processo di divisione delle cellule                 | Questa indicazione può essere impiegata solo per un alimento che è almeno una fonte di zinco come specificato nell'indicazione «FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]» di cui all'allegato del regolamento (CE) n. 1924/2006. |  | 2009; 7(9):1229          | 292, 293, 1759   |

(\*) Nel caso del D-tagatosio e dell'isomaltulosio, anziché «zucchero» si legga «altri zuccheri»

(\*\*) Nel caso del D-tagatosio e dell'isomaltulosio, anziché «zucchero» si legga «altri zuccheri»

▼C1

- **M2** (\*\*\* Autorizzata in data 24.9.2013; uso dell'autorizzazione limitato alla GlaxoSmithKline Services Unlimited e alle sue consociate, GSK House, 980 Great West Road, Brentford, TW89GS, Regno Unito, per un periodo di cinque anni.
- **M7** (\*\*\*\*\*) Autorizzata in data 24.9.2013; uso dell'autorizzazione limitato alla Mondelēz International group, Three Parkway North Deerfield, IL 60015, Stati Uniti d'America, per un periodo di cinque anni. ◀
- **M8** (\*\*\*\*\* Autorizzata in data 24 settembre 2013; uso dell'autorizzazione limitato alla Barry Callebaut Belgium NV, Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgio, per un periodo di cinque anni.
- **M10** (\*\*\*\*\*\*) Autorizzata in data 21 aprile 2015; uso dell'autorizzazione limitato alla Barry Callebaut Belgium NV., Aalstersestraat 122, B-9280 Lebbeke-Wieze, Belgio, per un periodo di cinque anni. ◀
- **M10** (\*\*\*\*\*\*) A decorrere dal 21 luglio 2016 fino al 14 settembre 2019 il valore energetico dell'alimento non è inferiore a 200 kcal (840 KJ) e non è superiore a 400 kcal (1 680 KJ).
- (\*\*\*\*\*\*) A decorrere dal 21 luglio 2016 fino al 14 settembre 2019 l'alimento deve fornire per pasto almeno il 30 % del quantitativo di vitamine e sali minerali specificato nella tabella seguente:

|                          |         |     |
|--------------------------|---------|-----|
| Vitamina A               | (µg RE) | 700 |
| Vitamina D               | (µg)    | 5   |
| Vitamina E               | (mg)    | 10  |
| Vitamina C               | (mg)    | 45  |
| Tiamina                  | (mg)    | 1,1 |
| Riboflavina              | (mg)    | 1,6 |
| Niacina                  | (mg-NE) | 18  |
| Vitamina B <sub>6</sub>  | (mg)    | 1,5 |
| Folato                   | (µg)    | 200 |
| Vitamina B <sub>12</sub> | (µg)    | 1,4 |
| Biotina                  | (µg)    | 15  |
| Acido pantotenico        | (mg)    | 3   |
| Calcio                   | (mg)    | 700 |
| Fosforo                  | (mg)    | 550 |
| Ferro                    | (mg)    | 16  |
| Zinco                    | (mg)    | 9,5 |
| Rame                     | (mg)    | 1,1 |
| Iodio                    | (µg)    | 130 |
| Selenio                  | (µg)    | 55  |
| Sodio                    | (mg)    | 575 |
| Magnesio                 | (mg)    | 150 |
| Manganese                | (mg)    | 1   |

A decorrere dal 21 luglio 2016 fino al 14 settembre 2019 il quantitativo di potassio per pasto fornito dall'alimento deve essere almeno di 500 mg. ◀

- **M11** (\*\*\*\*\*\*) Il carico massimale di ripetizione è il peso massimo o la forza massima che un individuo può esercitare in un singolo sollevamento. ◀