



Die Arbeitsgruppe "Fragen der Ernährung" feierte im Jahr 1997 ihr 25-jähriges Bestehen. Sie wurde mit dem Ziel gegründet, die Zusammenarbeit der beiden in ihrer Schwerpunktsetzung manchmal differierenden Disziplinen Lebensmittelchemie und Ernährungswissenschaften zu fördern. Die Arbeitsgruppe setzt sich paritätisch aus Vertretern der amtlichen Lebensmittelüberwachung, der Forschung, freier Labore und der Lebensmittelindustrie zusammen. Arbeitsergebnisse zu aktuellen Themen werden im Konsens verabschiedet und in der Regel als Stellungnahmen oder Empfehlungen in der Zeitschrift „Lebensmittelchemie“ veröffentlicht.

### Aktuelle Arbeitsgebiete der AG

- Nahrungsergänzungen
- Funktionelle Lebensmittel (functional food)
- potentielle Allergene in Lebensmitteln (Kennzeichnung, technologische Aspekte)
- Nährwertkennzeichnung
- Umrechnungsfaktoren von Vitaminen

### Empfehlungen zu Toleranzen für Nährstoffschwankungen bei der Nährwertkennzeichnung

Gruppe 1	Eiweiß, Kohlenhydrate, Zucker, Stärke, Ballaststoffe, Fett, ges. Fettsäuren, einfach unges. Fettsäuren, mehrfach unges. Fettsäuren	unter 10 g/100 g: ± 1,5 g über 10-40 g/100 g: ± 15 % über 40 g/100 g: ± 6 g
Gruppe 2	Natrium, Magnesium, Calcium, Phosphor, Eisen, Zink, Vitamine B <sub>1</sub> , B <sub>2</sub> , B <sub>6</sub> , Pantothensäure, Niacin, Vitamin C, Cholesterin	± 20 %
Gruppe 3	Vitamine A, D, E, Folsäure, Vitamin B <sub>12</sub> , Biotin, Iod	± 30 %

- Empfehlungen sind nicht anwendbar auf Angaben, die vom Regelungsbereich der NKV ausgenommen sind.
- Bei der Beurteilung von Toleranzüberschreitungen ist zu berücksichtigen, ob die Abweichungen ernährungsphysiologisch relevant sind bzw. eine besondere Auslobung des Nährstoffs vorliegt.
- Die gekennzeichneten Vitaminmengen sind bis zum Ende des MHD im Lebensmittel vorhanden. Erforderliche Überdosierungen sollten nicht mehr als 50 % des gekennzeichneten Gehaltes betragen. Gesundheitliche Risiken sind hierbei zu berücksichtigen.
- Die Toleranzen sind nicht als Grenzwerte anzusehen. Bei Abweichungen ist es stets Aufgabe des Sachverständigen, deren Ursache festzustellen und zu bewerten.

### Stellungnahme zu Ballaststoffen

Begriffsbestimmung:	<b>Ballaststoffe</b> sind Stoffe pflanzlicher Herkunft, die durch das körpereigene Enzymsystem im Dünndarm nicht zu resorbierbaren Komponenten abgebaut werden können.
Beispiele:	u.a. lösliche und unlösliche Nicht-Stärke-Polysaccharide (Zellulose, Hemizellulosen, Pektin, Hydrokolloide), Lignin, resistente Stärke (Ausnahme: z.B. Chitine).
Gesamtballaststoffgehalt:	Summe aus löslichen und unlöslichen Ballaststoffen, die nach der amtlichen Methode nach § 35 LMBG L 00.00-18 bestimmt werden.
Empf. tägliche Zufuhr:	mind. 30 g Ballaststoffe pro Tag (ca. 50 % sollte aus Getreideprodukten stammen).
Hinweise auf Ballaststoffe:	<b>ballaststoffhaltig</b> ⇒ mind. 10 % der empf. täglichen Zufuhr in einer Tagesportion <b>ballaststoffreich</b> ⇒ mind. 20 % der empf. täglichen Zufuhr in einer Tagesportion (Ausnahmen: bei Brot, Kleingebäck und Feine Backwaren beziehen sich diese Werte auf 100 g; Mahlzeiten sollten mind. 1/3 der täglichen Zufuhr pro Portion enthalten)
Wirkaussagen:	im allgemeinen zulässig, wenn die Wirkungen wissenschaftlich hinreichend gesichert sind und auf eine ausreichende Verzehrsmenge hingewiesen wird

### Veröffentlichungen der AG

- Stellungnahme zu Ballaststoffen: *Lebensmittelchem. Gerichtl. Chem.* **43**, 113-117, 1989
- Stellungnahme zu Sportlernahrung: *Lebensmittelchemie* **45**, 20-22, 1991
- Stellungnahme zur Nährwertkennzeichnung: *Lebensmittelchemie* **46**, 69-73, 1992
- Empfehlungen zu Toleranzen für Nährstoffschwankungen bei der Nährwertkennzeichnung: *Lebensmittelchemie* **52** (6), 25, 1998