



دليل المعايير التغذوية
للأغذية المقدمة في
المناسبات والاحتفالات



المحتويات

01	المصطلحات
05	مقدمة
05	أهداف الدليل
05	الفئة المستهدفة
08	رسالة إلى متعهد الحفلات والمناسبات
09	الفصل الأول: الاشتراطات والضوابط العامة الواجب توفرها لدى المنشآة الغذائية
10	اختيار المنشآة الغذائية التي ستقدم الطعام في المناسبة
10	الاشتراطات الخاصة بالطعام
11	الاشتراطات الخاصة بالمقاهي
11	الاشتراطات الخاصة بمحالات بيع العصائر
12	الفصل الثاني: حقوق المستهلك - الاشتراطات التغذوية للمنشآت الغذائية
14	الإفصاح عن السعرات الحرارية في قوائم الطعام
15	الإفصاح عن مسببات الحساسية
16	الوجبات الغذائية المتوازنة
17	العصائر الطازجة والخلطات والمشروبات
18	الوجبات عالية الملح في قوائم الطعام
19	محتوى الكافيين في المشروبات
20	النشاط البدني المطلوب لحرق السعرات الحرارية
21	الفصل الثالث: حقوق المستهلك - المنتجات الغذائية المعيبة
22	التشريعات التغذوية للمنتجات الغذائية المعيبة
35	الفصل الرابع: اشتراطات الإدعاءات التغذوية المسموحة

المصطلحات:

السكريات:

جميع السكريات الأحادية والثنائية الموجودة في الغذاء.

السكريات المضافة:

السكريات التي يتم إضافتها أثناء معالجة الأطعمة، أو يتم تعبيتها على هذا النحو، وتشمل السكريات (أحادية، ثنائية)، والسكريات من الشراب والعسل والسكريات من عصير الفواكه أو الخضروات المركزة التي تزيد على ما يمكن توقعه من نفس الكمية من عصير الفواكه أو الخضار بنسبة 100 % من نفس النوع.

الدهون:

الدهون والزيوت المعدة للطعام: هي مواد غذائية تتكون من غليسيريد الأحماض الدهنية وهي ذات أصل نباتي أو حيواني أو بحري وقد تحتوي على كميات قليلة من الزيادات الأخرى مثل الغوسفاتيد، وعلى مكونات غير قابلة للتصبن (التحول إلى مادة صابونية) وأحماض دهنية حرة موجودة بشكل طبيعي في الدهون أو الزيوت.

الدهون المشبعة:

هي الدهون التي تكون فيها جميع ذرات الكربون مشبعة بالهيدروجين حيث تحتوي على أكبر عدد من الهيدروجين تستطيع أن تحمله، وترتبط مع ذرتين هيدروجين لذرات الكربون باستثناء ذرتين الكربون على طرف السلسلة.

متعهد الحفلات:

هو الجهة أو الشخص المسؤول عن تنظيم وتنسيق جميع الجوانب المتعلقة بالحفلات أو الفعاليات، ويشمل ذلك التعاقد مع مقدمي الخدمات (مثل شركات الطعام، والديكور، والتصوير، والإضاءة، والصوت)، والتأكد من جاهزية الموقع، والإشراف على تنفيذ الفعالية بما يتوافق مع متطلبات الجهة المنظمة أو العميل.

المنشآت الغذائية:

أي كيان نظامي يقوم بعمل يتعلق بتداول الغذاء خلال مراحل السلسلة الغذائية، ويستثنى من ذلك المطابخ المنزلية للأسرة.

الغذاء:

كل ما هو معد للاستهلاك الآدمي سواء كان طازج، أو مصنع، أو شبه مصنع. ويعد في حكم الغذاء أي مادة تدخل في تصنيع الغذاء أو تحضيره أو معالجته.

السعرات الحرارية:

هي وحدة قياس كمية الطاقة في الطعام، ويتم توضيح كمية الطاقة في الطعام عادة بعبارة سعر حراري أو كيلو سعر حراري.

مادة غذائية:

أية مادة سواء كانت مجهرزة أو نصف مجهرزة أو غير مجهرزة معدة للاستهلاك الآدمي، وتشمل المشروبات أو أية مادة أخرى تستخدم في تصنيع المادة الغذائية أو تحضيرها أو معاملتها ولا تشمل مواد التجميل أو العطور أو التبغ أو أية مواد تستخدم فقط كعقاقير.

عصير الفاكهة الطازج:

سائل غير متخمر ولكن قابل للتخمر والمعد للاستهلاك المباشر والتحصل عليه بواسطة عمليات الاستخلاص الميكانيكية المباشرة من واحد أو أكثر من ثمار الفاكهة السليمة الطازجة التامة النضج والذي يتم حفظه مباشرة بالتبريد ولا يستخدم في حفظه أي طريقة أخرى من طرق الحفظ.

كوكيل عصير الفاكهة الطازجة المشكلة:

هو عبارة عن عصير مخلوط تم الحصول عليه بواسطة مزج اثنين أو أكثر من أنواع مختلفة من الفاكهة الطازجة.

شراب الفاكهة:

منتج غير متخمر معد للاستهلاك المباشر ناتج عن خلط عصير أو نكتار الفاكهة (مركز أو غير مركز) و/أو الأجزاء الصالحة من الثمار لناضجة السليمة مع الماء وال المحليات الطبيعية ومواد اختيارية ومحفوظ بإحدى وسائل الحفظ المناسبة.

نكتار الفاكهة:

هو عبارة عن سائل غير متخمر ولكن قابل للتخمير والذي يتم الحصول عليه بإضافة الماء لعصير الفاكهة، مع أو بدون إضافة السكريات، ويمكن إضافة النكهات والمواد العطرية المتطايرة، واللب والأنسجة التي يجب الحصول عليها بالطرق الفيزيائية المناسبة وأن تكون من نفس نوع الفاكهة، ويمكن الحصول على مزيج شراب ونكتار الفواكه من نوعين أو أكثر من أنواع الفواكه المختلفة.

الكافيين:

هي مادة غذائية طبيعية منبهة توجد بكميات متفاوتة في أكثر من 60 نوع مختلف من النباتات، من ضمنها الحبوب والأوراق والفواكه.

الملح:

منتج بلوري يتكون أساساً من كلوريد الصوديوم. ويمكن الحصول عليه من البحر والصخور الأرضية الملحيه والمياه الطبيعية شديدة الملوحة.

الألياف الغذائية:

الكريوهيدرات المركبة أو العقدة المتكونة من (10 \leq) وحدات سكرية أو أكثر، غير القابلة للهضم بإنزيمات الأمعاء الدقيقة للإنسان.

الادعاء (التنوية):

أي بيان يذكر أو يشير أو يفيد ضمنياً بأن المنتج الغذائي مزايا معينة ترتبط بمصدره أو خصائصه الغذائية أو طبيعته أو تجهيزه أو تركيبته أو أي ميزة أخرى.

المستهلك:

الأشخاص والأسر التي تشتري المنتجات الغذائية أو تحصل عليها لتلبية احتياجاتها الغذائية.

العبوة:

أي شكل من أشكال تعبئة المنتج الغذائي لتسويقه كوحدة منفردة، سواءً كان ذلك من خلال تغليف المنتج كلياً أو جزئياً، ويشمل ذلك مواد التغليف، وقد تتضمن العبوة عدة وحدات أو أنواع من أشكال التعبئة عند عرضها على المستهلك.

بطاقة:

أي بطاقة أو علامة أو ماركة أو صورة أو أية بيانات وصفية أخرى مكتوبة أو مطبوعة أو مختومة أو موضوعة أو محفورة أو بارزة على عبوة المادة الغذائية بطريقة غير قابلة للإزالة.

قائمة الطعام المؤقتة:

صنف الطعام الذي يظهر على قائمة طعام المنشأة الغذائية لمدة تقل عن 60 يوما في السنة التقويمية. قد تكون 60 يوما متتالية أو غير متتالية أو مزيج من الاثنين.

قائمة الطعام اليومية:

قائمة الطعام التي يتم إعدادها وعرضها للبيع في يوم معين ولا يتم إدراجهما بشكل روتيبي على قائمة الطعام للمنشأة الغذائية.

قائمة الطعام الخارجية:

هي قائمة بأنواع الأكولات والمشروبات تقدم للمستهلك خارج المنشأة الغذائية، وغالباً ما تكون مشابهة لقائمة الطعام الرئيسية.

المكونات:

أي مادة، بما في ذلك المواد المضافة إلى الأغذية، تستخدم في تصنيع أو إعداد المنتج الغذائي وتكون موجودة في المنتج النهائي ولو بشكل معدل.

المنتجات المعبأة:

انه قد تمت تعبئة المنتج أو وضعه في عبوة مسبقاً ليكون جاهزاً للعرض على المستهلك أو لاستهلاكه بشكل مباشر أو لأغراض التزويد بالطعام.

أغذية مخصصة لأغراض تزويد الطعام:

الأغذية التي تستخدم في الطعام والملاصق والمدارس والمستشفيات وغيرها من المنشآت المماثلة حيث تقدم المنتجات الغذائية للاستهلاك البشري.

الخلطات:

هي عبارة عن خلط نوعين أو أكثر من عصائر الفاكهة الطازجة مع أو بدون إضافة السكر ويسمح بإضافة مكونات أخرى مناسبة مسموح بها مثل الحليب والمياه الغازية والنكهات وللوات العطرية المتطايرة.

البيانات التغذوية:

وصف توضيحي موجه للمستهلك للإعلان بالخصوص التغذوية لغذاء ما، شاملًا مقدار الطاقة والكريوهيدرات والدهون والبروتين والألياف والفيتامينات والمعادن الأخرى.

البيانات الإيضاحية:

أي معلومة مكتوبة أو مطبوعة أو مرسومة أو مصورة على البطاقة الغذائية المصاحبة للغذاء، أو معروضة بالقرب من الغذاء، ويشمل ذلك الترويج لبيعه، أو التصرف فيه.

قائمة الطعام (الرئيسية):

هي قائمة بأنواع الأكولات والمشروبات المقدمة في المنشآت الغذائية، حيث يقوم المستهلك من خلالها باختيار أصناف الطعام، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر، قوائم الإفطار والغداء والعشاء وقوائم أطعمة الأطفال وقوائم الحلوي وقوائم المشروبات، وتكون عادة معلقة في الجزء العلوي أو عند نقاط تلقي الطلب (الكاشير)، أو أماكن طلب الوجبات الخاص بالسيارات، أو تكون على شكل كتب تقدم للمستهلك مباشرة، أو تعرض على تطبيقات الأجهزة الذكية أو الواقع الإلكتروني للمنشآت الغذائية.

الدهون (الأحماض الدهنية) المتحولة:

تعرف الأحماض الدهنية المتحولة بأنها جميع أيزومرات (نطائر) الأحماض الدهنية احادية وعديدة عدم التشبع ذات الروابط الكربونية المزدوجة غير المترنة والتي يفصلها على الأقل مجموعة مثيلين واحدة، وتصنع خلال الدرجة الجزئية للزيوت النباتية وهي العملية التي تتم فيها إضافة ذرات الهيدروجين إلى الواقع الغير المشبعة على الأحماض الدهنية وبالتالي القضاء على الروابط المزدوجة. وتنقل الدرجة الجزئية بعض الروابط المزدوجة وتنهي ذرات الهدروجين على جوانب مختلفة من السلسلة ويسمى هذا النوع من التهيئة "TRANS".

حساسية الطعام:

هي عبارة عن رد فعل سلبية من الجهاز المناعي في جسم الإنسان تجاه بعض الأغذية مما قد يسبب اعراض جانبية خطيرة تظهر خلال فترة قصيرة (دقائق أو ساعات)، ولا يوجد علاج لمرضى حساسية الطعام الا بتجنب الأغذية المسببة لها.

مسبيات حساسية الطعام:

هي مكونات موجودة في الغذاء وقد تسبب رد فعل تحسسي تجاهها، وت تكون عادة من بروتينات، وعند بعض المصابين فإن الجهاز المناعي يعتقد أن هذه المكونات خطيرة أو غريبة، وردة فعل الجهاز المناعي لهذه البروتينات المسببة للحساسية هو الذي يؤدي إلى حساسية الطعام.

الجلوتين:

الجزء البروتيني للوجود عادة في القمح أو الجاودار أو الشعير أو الشوفان أو هجين هذه الأنواع أو مشتقاتها والتي تسبب حساسية لبعض الأشخاص.

مقدمة

انطلاقاً من رؤية المملكة 2030 التي تهدف إلى بناء مجتمع يتمتع أفراده بنمط حياة صحي، تعمل الهيئة العامة للغذاء والدواء على تحقيق الهدف من خلال دورها في تعزيز الصحة العامة والوقاية من الأمراض المرتبطة بالغذاء. وفي هذا الإطار وضعت الهيئة مجموعة من الاستراتيجيات التغذوية الهادفة إلى تحسين القيمة التغذوية للأطعمة المقدمة في الأسواق المحلية. وتشمل هذه الاستراتيجيات الحد من استهلاك العناصر الغذائية مثل السكر، الملح، والدهون، إلى جانب إلزام المنتجات الغذائية التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل بالإفصاح عن السعرات الحرارية ومبيناتها الحساسية وغيرها من المعلومات المهمة في قوائم الطعام. وبناءً على ما سبق، أصدرت الهيئة هذا الدليل الإرشادي لمتعمدي الحفلات والمناسبات المتعاقدين مع المنتجات الغذائية، بهدف توعية المتعمد بالمعايير التغذوية التي تلبي احتياجات جميع الفئات وتعزز أنماط الحياة الصحية.

أهداف الدليل:

- ـ تحسين جودة الطعام المقدم في المناسبات عبر توفير خيارات صحية ومتوازنة.
- ـ توعية وتشجيع متعمدي الحفلات والمناسبات بالاستناد على تبني المعايير التغذوية في اللوائح الفنية التي تسهم في تعزيز الصحة العامة وتقليل المخاطر الصحية المرتبطة بالغذاء.
- ـ توفير إرشادات واضحة لاختيار مكونات ووجبات تناسب مع احتياج الفئات المختلفة من الحضور، بما في ذلك الأفراد ذوي الاحتياجات الغذائية الخاصة (مثل المصابين بحساسية الطعام أو الأمراض المزمنة).

الفئة المستهدفة:

متعمدي الحفلات والمناسبات.

رسالة إلى متعدد الحفلات والمناسبات

إن تقديم تجربة ضيافة متميزة في المناسبات والحفلات لا يقتصر على تنسيق الفعاليات والتنظيم فقط، بل يشمل أيضًا جودة وسلامة ما يقدم من أطعمة ومشروبات. ومع تزايدوعي المجتمع بأهمية الغذاء الصحي، أصبح من الضروري ضمان تقديم خيارات تليي تطلعات الضيوف وتعكس اهتمامكم بكافة جوانب المناسبة. في هذا الإطار، توصي الهيئة العامة للغذاء والدواء بأخذ المعايير التغذوية بعين الاعتبار عند التعامل مع المنشآت الغذائية، خصوصاً تلك التي تقدم خدماتها في الفعاليات والمناسبات. التعرف على هذه الاشتراطات يعد خطوة ذكية تساهم في تعزيز جودة خدماتكم، وتُظهر اهتمامكم بصحة الضيوف وراحتهم. من خلال التعاون مع منشآت غذائية تتلزم بالمعايير الموصى بها، أنتم لا تحققون فقط عنصر الجودة، بل تساهمون أيضاً في تقديم تجربة ضيافة متكاملة، تدعم رؤية المملكة 2030 في بناء مجتمع أكثر صحة ووعياً.

الفصل الأول:

الاشتراطات والضوابط

العامة الواجب توفرها

لدى المنشأة الغذائية

اختيار المنشآت الغذائية التي ستقدم الطعام في المناسبة

قبل اختيار المنشآت الغذائية على المعهود معرفة الاشتراطات التي يجب أن يلتزم بها مقدمي خدمات الأغذية، سواء في المطاعم أو المقاهي أو محلات بيع العصائر. ولضمان تقديم وجبات ومشروبات آمنة وصحية للمستهلكين، تم وضع مجموعة من الاشتراطات والضوابط العامة التي تهدف إلى تعزيز النمط الصحي التغذوي ورفع القيمة التغذوية للأطعمة المقدمة. في هذا الفصل، سيتم استعراض الاشتراطات الأساسية التي يجب أن توفر لدى مقدمي خدمات الأغذية من مطاعم ومقاهي ومحلات العصائر.

الاشتراطات الخاصة بالطعام:

- ـ توفير الأطعمة التي تحتوي على دهون صحية مثل زيت الزيتون، زيت الكانولا وزيت الذرة وغيرها.
- ـ توفير أحجام مختلفة من الوجبات مثل وجبات صغيرة مناسبة للمهتمين بحجم قليل من الحصص الغذائية.
- ـ اختيار منتجات لا تحتوي على سكريات مضافة أو منخفض المحتوى من السكر المضاف.
- ـ توفير أصناف من الفواكه والخضروات الطازجة.
- ـ توفير خيارات ألياف عالية مثل الخبز بالحبوب الكاملة أو الأرز الأسمر.
- ـ توفير خيارات من اللحوم ومنتجات الألبان كالأجبان والكريمة قليلة أو خالية من الدهون.
- ـ توفير أطعمة مطهية بطرق صحية مثل الشوي والسلق أو الطري على البخار.
- ـ توفير سلطات قليلة الدسم للسلطات وغيرها ويفضل أن تقدم منفصلة.
- ـ توفير أطعمة منخفضة الملح/الصوديوم، أو استخدام بدائل للملح مثل الليمون والثوم وبودرة البصل والتوابل والأعشاب.
- ـ توفير حلويات قليلة السعرات الحرارية مثل الكعك، أو اللبن الزبادي بالفواكه منزوع الدسم أو قليل الدسم.
- ـ توفير مشروبات أكثر صحية مثل الماء أو عصير الفاكهة الطازجة أو الحليب أو الألبان قليلة أو منزوعة الدسم بدلاً من المشروبات الغازية.

الاشتراطات الخاصة بالمقاهي:

- ـ توفير خيارات ألياف عالية مثل السنديوبشات بالحبوب الكاملة.
- ـ توفير القهوة والشاي منزوع الكافيين.
- ـ توفير خيارات إضافية (حليب قليل الدسم أو خالي من الدسم) إلى القهوة.
- ـ توفير الحلويات والمخبوزات قليلة السعرات الحرارية.

الاشتراطات الخاصة بمحلات بيع العصائر:

- ـ توفير عصائر فواكه طازجة 100%. وينبغي استخدام السكر المضاف فيها.
- ـ تجنب العصائر التي تصنف كنكتار أو شراب الفاكهة خلال إعداد العصائر.
- ـ توضيح مكونات العصير أو الكوكتيل.
- ـ منع الادعاءات الصحية والتغذوية المضللة مثل: عصير حارق للدهون/ عصير طاقة/ عصير مذيب الدهون وغيرها.

الفصل الثاني:

حقوق المستهلك -

الاشتراطات التغذوية

للمنشآت الغذائية

رسالة توعوية عن حقوق المستهلك في المناسبات

يحق لكل مستهلك معرفة ما يقدم له من أطعمة في الحفلات والمناسبات، لذا من المهم أن يكون لدى المتعهد معرفة واطلاع بالتشريعات التغذوية لتسهيل التعامل مع منشآت غذائية والذي يعكس وعيًا مهنيًا وحرصاً على تقديم خدمات ضيافة متكاملة وآمنة والذي بدوره يحمي المستهلك وحقه في الحصول على طعام صحي وآمن. حيث أن هذه الاشتراطات لا تخدم المجتمع بشكل عام فقط، بل تراعي احتياجات فئات المستهلكين المختلفة:

- ـ **الأمراض المزمنة:** مثل مرض السكري، ارتفاع ضغط الدم، ارتفاع الكوليستروول يستفيدون من أطعمة منخفضة السكر والملح والدهون.
- ـ **الأشخاص المصابين بحساسيات الطعام:** تحذرهم من الأطعمة التي تحتوي على مكونات قد تؤثر على صحتهم وقد تسبب حساسية مضاعفات خطيرة.
- ـ **الأشخاص المهتمين باليقاظة والصحة:** توفر لهم خيارات منخفضة السعرات والدهون، مع بدائل صحية تناسب أنماط حياتهم.
- ـ **كبار السن:** تُقدم لهم وجبات متوازنة وسهلة الهضم تراعي احتياجاتهم الصحية.
- ـ **الأطفال:** يجدون خيارات غذائية مغذية وآمنة تدعم نموهم وتحميهم من الأطعمة منخفضة القيمة التغذوية.

الإفصاح عن السعرات الحرارية في قوائم الطعام

عند التخطيط لتقديم الطعام في المناسبات، من المهم أن يعلم المتعهد أن عرض السعرات الحرارية في قائمة الطعام ليس مجرد إجراء تنظيمي الزامي على النساء الغذائية، كما نصت عليه اللائحة الفنية SFDA.FD/GSO 2604 الصادرة عن الهيئة العامة للغذاء والدواء. بل هو حق للمستهلك مرتبط بوعيه الغذائي، تأكيد من أن القائمة المقدمة في مناسبتك تتضمن الإفصاح عن السعرات الحرارية بطريقة واضحة ومبشرة أمام كل صنف، وبنفس تنسيق الخط المستخدم في عرض اسم الوجبة.

توفير معلومات دقيقة وواضحة عن السعرات الحرارية:

- يمكن للمستهلك من اتخاذ قرار غذائي واعي يتناسب مع احتياجاته اليومي من السعرات الحرارية.
- يساعد الأشخاص المصابين بالأمراض المزمنة مثل السكري أو السمنة أو ارتفاع ضغط الدم على ضبط وجباتهم وفق الإرشادات الطيبة.
- يخدم الرياضيين وللتأمين بالصحة في تتبع احتياجاتهم اليومي من السعرات.
- يعزز الشفافية والثقة بين مقدم الخدمة والمستهلك.

من الاستثناءات هامة:

يستثنى من هذا الالتزام التوابيل، الطلبات الخاصة الخارجة عن القائمة، القوائم اليومية لقدمي الخدمة أو المؤقتة، والأطعمة المعده لغرض التسويق فقط. (لكن عند طلب الأصناف المعروفة في المطعم تطبق عليها اللائحة).



لزيادة التفاصيل عن اللائحة
 (دليل الاشتراطات التغذوية للمنشآت الغذائية «
 التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل)

الإفصاح عن مسببات الحساسية

عند التخطيط لأي مناسبة تشمل تقديم الطعام، يجب على متعهد الحفلات معرفة حجم المسؤولية في ضمان سلامة ضيوف، خاصةً في ظل وجود فئات من المستهلكين يعانون من حساسية غذائية قد تكون مهددة قد تعرض حياتهم إلى الخطر. وفقاً للائحة الصادرة عن الهيئة العامة للغذاء والدواء (FD/GSO 2605)، يتوجب على المنتجات الغذائية التي تقدم الطعام خارج المنزل الإفصاح بوضوح وسهولة عن المكونات التي قد تسبب فرط الحساسية، وذلك على جميع أنواع قوائم الطعام، سواء الورقية أو الإلكترونية، باللغة العربية.

كيف تعزز هذه اللائحة من حقوق المستهلك؟

- ـ الحق في المعرفة: تمكّن المستهلك من معرفة ما تحتويه الوجبة قبل تناولها، مما يحميه من المخاطر والمضاعفات الصحية.
- ـ الحق في السلامة: تساهم في تقليل احتمالات التعرض لمسببات الحساسية التي قد تؤدي إلى ردود فعل خطيرة.
- ـ الحق في الاختيار الوعي: تساعد المستهلكين، خاصة من لديهم حساسية أو آباء لأطفال يعانون من ذلك، في اتخاذ قرارات غذائية آمنة وملائمة.

على متعهد الحفلات:

تأكد من أن جميع قوائم الطعام المعروضة في مناسبتك توضح بوضوح عن المكونات المسببة للحساسية لكل طبق بشكل منفرد، باستخدام عبارات مثل:

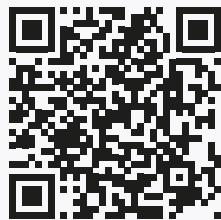
- ـ "يحتوي على..." في حال وجود في حال احتواء الطبق على أحد مسببات الحساسية المذكورة في اللائحة.
- ـ "قد يحتوي على..." في حال احتمالية التلوث الخلطي.



لمزيد من التفاصيل عن اللائحة

(دليل الاشتراطات التغذوية للمنتجات الغذائية التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل)

الوجبات الغذائية المتوازنة



في حال تم اختيار تقديم وجبات غذائية متوازنة في المناسبة فيمكن الاستناد على لائحة SFDA.FD 5016 المتعلقة بمتطلبات الوجبات الغذائية المتوازنة التي تُقدم في قوائم منشآت الطعام خارج المنزل، عند اختيار قائمة الطعام للمناسبات، من الضروري أن تلتزم المنشآت الغذائية التي تتعامل معها بتقديم وجبات متوازنة العناصر الغذائية، بما يحقق التوصيات الوطنية لحماية صحة المستهلك وتعزيز الوعي الغذائي.

تقديم وجبات غذائية متوازنة في المناسبة يسهم في:

- تمكّن المستهلك من الوصول إلى خيارات صحية متوازنة.
- تدعم التوازن الغذائي اليومي لمن لديهم أمراض مزمنة أو يتبعون نمط حياة صحياً.
- توفر وجبات صحية لجميع الفئات العمرية في المناسبات، من الأطفال إلى كبار السن.
- الحد من المكونات التي قد تؤدي زيادةً إلى الإضرار بالصحة مثل الصوديوم والدهون المشبعة.

عند التعاقد مع منشآت غذائية، تأكد من:

- أن وجبات تحقق متطلبات التوازن الغذائي بناء على المعايير الواردة في اللائحة.
- تضمين معلومات واضحة عن المحتوى الغذائي عند الحاجة.
- مراعاة التنوع لتلبية احتياجات جميع الضيوف.



لزيادة التفاصيل عن اللائحة

(دليل الاحتياطات التغذوية للمنشآت الغذائية
التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل) <<

العصائر الطازجة والخلطات والمشروبات

عند اختيارك لحلات العصائر أو المطاعم والمقاهي التي تقدم المشروبات ضمن المناسبة، فيمكن الاستناد على اللائحة الفنية SFDA.FD/GSO 2573 الخاصة بالعصائر الطازجة وخلطات الفاكهة والمشروبات. هذه اللائحة تضمن أن ما يُقدم للضيوف يراعي أعلى معايير الجودة والسلامة، ويケفل حق المستهلك في اتخاذ قرارات غذائية مستنيرة ومبينة على معلومات واضحة.

كيف تعزز هذه اللائحة من حقوق المستهلك؟

- ١- تضمن حصول المستهلك على مشروب آمن وصحي خالٍ من الإضافات منخفضة القيمة التغذوية.
 - ٢- تحافظ على الطبيعة الأصلية للعصير، مما يعزز الشفافية والجودة.
 - ٣- تمنع الغش التجاري أو التضليل باستخدام مواد محشنة أو صناعية.
 - ٤- تحمي ذوي الحساسية تجاه المواد المضافة أو الملونة.

تذكرة لتعيد الحفلات:

من المهم أن تكون العصائر والكويكبات القدمة في مناسبك:

- أن تكون المطابقة للمتطلبات.
 - طبيعية 100% ومعدّة من فواكه طازجة فقط.
 - خالية من الإضافات، بما في ذلك المحليات الصناعية أو المواد الحافظة.
 - مطابقة في طعمها ونمذجتها للفاكهة التي صُنعت منها.



الوجبات عالية الملح في قوائم الطعام

عند تنظيم أي مناسبة تتضمن تقديم وجبات غذائية، على المتعهد الالتزام بما ورد في لائحة FD.5026،
بشأن وسم الوجبات التي تحتوي على كميات عالية من الملح. حيث يُعد الإفصاح عن هذه الأصناف الغذائية
في قائمة الطعام عن طريق وضع رمز الملاحة خطوة مهمة في حماية صحة المستهلك وحقه في المعرفة والاختيار
الواعي، خاصة في ظل الارتباط الوثيق بين الاستهلاك المفرط للملح وبين الأمراض المزمنة مثل ارتفاع ضغط الدم
وأمراض القلب.

كيف تعزز هذه اللائحة من حقوق المستهلك؟

- ١ يضمن الشفافية ويمنح المستهلك القدرة على الاختيار بناءً على معلومات صحيحة دقيقة.
 - ٢ يمكن المستهلك من المقارنة بين الخيارات الغذائية بسهولة أكبر.
 - ٣ يساعد الأشخاص المصابين بالأمراض المزمنة مثل ارتفاع ضغط الدم على ضبط وجباتهم وفق إرشاداتهم الطبية.



- دليل الاشتراطات التغذوية للمنشآت الغذائية (التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل) لمزيد من التفاصيل عن اللائحة

محتوى الكافيين في المشروبات

من الضروري عند تقديم مشروبات التي تحتوي على الكافيين ضمن أي مناسبة (كالقهوة على سبيل المثال لا الحصر)، أن يلم المتعهد بلائحة الإفصاح عن محتوى الكافيين في المشروبات المقدمة في النشاطات الغذائية SFDA.FD 5023، لتمكين المستهلك من اتخاذ قرارات مستنيرة، خصوصاً في ظل وجود فئات أكثر حساسية للكافيين مثل الحوامل، ومرضى القلب، والأطفال.

كيف تعزز هذه اللائحة من حقوق المستهلك؟

- ٥ تمكينه من اتخاذ قرار واعٍ بشأن استهلاكه للكافيين.
 - ٦ المساهمة في الحد من الإفراط في تناول الكافيين وتقليل مخاطره الصحية.
 - ٧ دعم الفئات الحساسة من المستهلكين في اختيار آمن يتناسب مع حالتهم الصحية.

تذكرة لتعدد الحفلات:

- ٢ تأكد من أن جميع المشروبات المعروضة في القائمة توضح كمية الكافيين بدقة، إما بوحدة ملغم/100 مل أو ملغم/للكوب.
 - ٣ تأكد أنه يتم إضافة العبارة الإلزامية: "يجب ألا يتجاوز استهلاك الفرد البالغ من الكافيين أكثر من 400 مليغرام يومياً".
 - ٤ عبارة الحوامل: تأكد من وضوح المعلومات ومسؤولية وصول المستهلك إليها، يجب ألا يتجاوز استهلاك الحامل من الكافيين، أكثر من 200 مليغرام يوماً.



النشاط البدني المطلوب لحرق السعرات الحرارية

تتطلب اللائحة وسم النشاط البدني لحرق السعرات SFDA.FD 5029 من المنتجات الغذائية الإفصاح عن المدة الزمنية اللازمة لممارسة نشاط بدني (تحديداً رياضة المشي) لحرق السعرات الحرارية الموجودة في الوجبات. هذا الإجراء يساعدهم في رفع الوعي الغذائي وتحقيق توازن صحي بين استهلاك الطعام والنشاط البدني للبذل.

كيف تعزز هذه اللائحة من حقوق المستهلك؟

- ١ تمكين المستهلك في التفكير واتخاذ القرار قبل اختيار وجبة عالية بالسعرات بالإضافة إلى كميات الطعام مما يدعم قرارات غذائية أفضل.
- ٢ يساعد في تنظيم استهلاك السعرات بما يتماشى مع نمط الحياة الصحي.

تذكير لتعهد الحفلات:

- ـ كل صنف غذائي يجب أن يعرض بجانبه المدة الزمنية اللازمة لحرق السعرات من خلال المشي في حال كانت الأصناف معروفة ومعتمدة لدى المطعم أو المقهى ونحوها لأن اللائحة لا تطبق على القوائم المؤقتة أو اليومية أو الطلبات الخاصة.
- ـ لا تستخدم أي ادعاءات صحية تربط المدة الزمنية بفوائد صحية.
- ـ كتابة المدة الزمنية يكون بالدقائق أو الساعات بجانب السعرات الحرارية.



لزيادة التفاصيل عن اللائحة
(دليل الاحتياطات التغذوية للمنتجات الغذائية ◀◀
التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل)

الفصل الثالث:

حقوق المستهلك -

المنتجات الغذائية

المعباء

التشريعات التغذوية للمنتجات الغذائية المعبأة

يُعد تقديم المنتجات الغذائية المعبأة في النسبات والاحتفالات خياراً شائعاً يساهم في تسهيل تقديم الوجبات وضمان تنوع الخيارات الغذائية المتاحة للضيف. ومع ذلك، فإن ضمان جودة هذه المنتجات والتزامها بالمعايير التغذوية يعد أمراً أساسياً لاحفاظ على صحة المستهلكين وتعزيز الوعي الغذائي. وفي هذا الإطار، يمكن لتعهد الحفلات أن يسهم بشكل إيجابي في دعم الصحة العامة من خلال اختيار منتجات غذائية ذات قيمة تغذوية عالية، والحرص على تقديم بدائل صحية تراعي مختلف الاحتياجات الغذائية، كخطوة طوعية تعكس الالتزام بجودة الصيافة وتعزيز ثقافة التغذية السليمة في النسبات. يستعرض هذا الفصل أبرز التشريعات التغذوية المرتبطة بالمنتجات الغذائية المعبأة.

بطاقات المواد الغذائية المعبأة

SFDA.FD/GSO 9

أولاً: لا توصف المادة الغذائية المعبأة أو تعرض ببطاقة أو بيانات إيضاحية سواء بالكتابة أو بالصور أو بأي أسلوب آخر، يوحي بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بأنها مادة غذائية أخرى، مما قد يؤدي إلى الخلط بينهما أو بأي طريقة تجعل المستهلك يعتقد أن هذا الغذاء مرتبط بمنتج آخر، أو أن له ميزات خاصة لا تتوفر في المنتجات المماثلة لا سيما عند التأكيد على وجود بعض المكونات أو غيابها أو وصفها بشكل ينطوي على الزيف أو التضليل أو الخداع أو بأي شكل قد يؤدي إلى انطباع خاطئ بشأن صفاتها بأي حال من الأحوال.

ثانياً: لا تتضمن بطاقة المادة الغذائية أي ادعاء أو رمز أو شعار أو علامة خاصة بالحلال أو بجودة المنتج أو بالمنتجات العضوية، ما لم يتم تقديم ما يثبت التصريح باستخدام هذا الادعاء.

ثالثاً: قائمة الاستثناءات من المتطلبات الإلزامية للبطاقة:

عبوات الوحدة الصغيرة إذا قلت مساحة أكبر سطح لها عن 10 سم 2 من كتابة قائمة المكونات ورقم الدفعه وتعليمات الاستخدام والبيانات التغذوية.

الاغذية الخام المستخدمة في التصنيع الغذائي وغير المعدة لغرض الاستهلاك او البيع المباشر.

العبوات الكبيرة والتي تباع محتوياتها بالوزن في غير عبوتها الأصلية.

الأغذية المخصصة لإعادة التصدير إلى خارج دول مجلس التعاون الخليجي.

العبوات الكبيرة والتي تباع محتوياتها بالوزن في غير عبوتها الأصلية.

رابعاً: طريقة عرض البيانات الإلزامية:

وضع البطاقة على العبوة الغذائية بطريقة لا يمكن فصلها ويصعب إزالتها.

وضوح البيانات ومسؤوليتها وان تكون باللغة العربية أو بلغة اخرى بجانب اللغة العربية ويستثنى من الزامية اللغة العربية المنتجات الغير مخصصة للبيع المباشر للمستهلك والمستخدمة في تحضير الوجبات في الطعام والمستشفيات ونحوها.

عدم استعمال أي مسميات او رموز او علامات ونحوها تتضمن اساءة للأديان والمعتقدات والقيم والعادات التي يرفضها المجتمع. او تكون محظورة او ممنوعه بموجب أي تشريعات أخرى.

يوجد اشتراطات أخرى:

- عندما تكون العبوة مغطاة بغلاف، يجب أن يحمل هذا الغلاف المعلومات الالزمة، أو أن يكون من السهل قراءة البطاقة من خلاله ولا يسمح له بطبعها.
- أن يظهر اسم الغذاء وصافي المحتويات بطريقة واضحة وفي نفس مجال الرؤية.
- إذا كانت البطاقة ملامسة للمادة الغذائية فيجب ألا تحتوي على أي مواد كيميائية أو خلافه.

البيانات الإيضاحية الإلزامية على عبوات الأغذية:

يجب أن يوضح الاسم طبيعة المادة الغذائية بالتحديد وعلى ان يستخدم اسم المادة الغذائية وذلك بالتسلسل الآتي:

- الأسماء التي نصت عليها للوائح القياسية للأغذية.
- الأسماء الشائعة او العادة في بلد التداول.
- اسم وصفي مناسب لها لا ينطوي على أي تضليل أو لبس لدى المستهلك.
- يجب ذكر اي عبارات او كلمات بجانب اسم المادة الغذائية والتي قد تكون هامة لعدم تضليل المستهلك فيما يتعلق بالحالة الطبيعية أو الفيزيائية للمادة أو العناصر المستبدلة التي يتوقع المستهلك استخدامها عادة في تصنيع الغذاء أو وجودها بشكل طبيعي.

أولاً - اسم المنتج الغذائي:

يجب أن تتضمن بطاقة البيان قائمة بجميع مكونات المادة الغذائية باستثناء المواد الغذائية الكونية من عنصر غذائي واحد. وأن يسبقها عنوان مناسب تكون من بينه كلمة (المكونات أو المحتويات). مع مراعاة الترتيب التنازلي حسب وزنها الأولي وقت تصنيع الغذاء (كتلة/كتلة) .

كما يجب ذكر أي مادة أو مكون أو آثارهما والتي تسبب حساسية أو عدم التحمل أسفل قائمة المكونات مباشرة.

ثانياً- قائمة المكونات

قائمة مسببات الحساسية:

- ـ الحبوب التي تحتوي على مادة الجلوتين مثل القمح والشعير والشوفان والشيلم والدخن سواء الأنواع الأصلية منها أو المجننة أو منتجاتها.
- ـ الفول السوداني ومنتجاته.
- ـ الحليب ومنتجاته (التي تحتوي لاكتوز)
 - ـ البيض ومنتجاته.
 - ـ الخردل ومنتجاته.
 - ـ الكرفس ومنتجاته.
 - ـ الأسماك ومنتجاتها.
 - ـ القشريات ومنتجاتها.
 - ـ المكسرات ومنتجاتها.
 - ـ الكبريتيت بتركيز 10 جزء في المليون أو أكثر.
 - ـ بدور السمسم ومنتجاتها.
 - ـ الرخويات ومنتجاتها.
 - ـ لوبين (الترمس) ومنتجاتها.
 - ـ فول الصويا ومنتجاته.

كما انه يستثنى من ذلك:

- ـ المنتجات الغذائية المكونة من عنصر غذائي واحد (مثل الأرز أو الشاي أو القهوة).
- ـ الخضروات والفواكه الطازجة ولا تشمل أي خليط من الخضروات الطازجة أو الفواكه، سواء كلياً أو المقطعة دون أي اضافات.
- ـ أحد مكونات المنتج من مسببات الحساسية وتم معالجته بشكل أكبر حتى أصبح من غير المحتمل أن يسبب رد فعل تحسسي (مثل زيت الصويا المكرر بالكامل).
- ـ أحد المكونات أو المواد التي تم استخلاصها أو استخراجها من أحد مسببات الحساسية والتي لا تسبب رد فعل تحسسي (مثل شراب الجلوکوز المستخلص من القمح).
- ـ اللاكتيتوں المستخلص من الالاكتوز.
- ـ الزيوت النباتية المشتقة من فايتوكستيرول واسترات الفايتوكستيرول من مصادر فول الصويا.
- ـ استرستانول النباتي المنتج من ستيرولات الزيت النباتي من مصادر فول الصويا.

يجب الإفصاح عن مسببات حساسية الطعام في حال احتواء المنتج على أحد المسببات التالية:

- ـ عندما يكون أحد مكونات المنتج الغذائي مركباً، أي أنه بحد ذاته يتكون من اثنين أو أكثر من المكونات، يجب أن يدرج في قائمة مكونات المنتج الغذائي اسم المكون المركب على أن تعقبه مباشرة بين قوسين قائمة بمكوناته بالترتيب التنازلي حسب الوزن
- ـ يمكن عدم كتابة المكونات الداخلة في المكون المركب إذا كانت نسبة المكون أقل من 5 % من المنتج الغذائي باستثناء المكونات المسماة لفطر الحساسية.
- ـ في حال كتابة ادعاء تغذوي على المنتج (مثل قليل/ خالي من اللاكتوز)، يجب أن تكون هذه الادعاءات وفقاً للمتطلبات المذكورة أعلاه في لائحة "الادعاءات التغذوية".
- ـ في حال كتابة ادعاء "خالي من الجلوتين" أو "قليل الجلوتين" على المنتج، يجب أن تكون هذه الادعاءات متوافقة مع ما ورد في لائحة "الأغذية الخالية من الجلوتين".
- ـ يمكن استخدام عبارة "خالي من المواد المسماة لحساسية" المذكورة أعلاه، باستثناء (الجلوتين واللاكتوز) مثل "خالي من البيض" أو "خالي من الصويا" في المنتجات المتعارف احتواها على هذا المكون في حال خلوه التام من هذا المكون.
- ـ أن يوضح على البطاقة في حالة أن المادة الغذائية أو أحد مكوناتها قد تم الحصول عليها بطرق التقنية الحيوية والتي قد تؤدي إلى نقل مسببات الحساسية إليها.

صيغ لتوضيح المكونات التي تسبب في فرط الحساسية:

- (يحتوي على...) في حال احتواء المنتج على أحد مسببات الحساسية.
- (قد يحتوي على...) لتوضيح احتمالية التلوث الخلطي أثناء عملية التصنيع أو التعبئة.
- ـ كما انه يجب الإفصاح عن مسببات الحساسية في قائمة المكونات بطريقة بارزة وواضحة للمستهلك باستخدام الخط العريض أو الألوان البارزة أو بوضع خط تحت النص، على سبيل المثال لا الحصر: المكونات: بيض، زبدة الفول السوداني، حليب بقري.
- ـ في حال احتواء المنتج على عدة مكونات مسمية لحساسية، يجب الإفصاح عن مصدر المواد المسماة للحساسية لكل مكون، مثل: [توفو (صويا)، طحينة (سمسم)].
- ـ أن تكون البيانات الخاصة بالمكونات المسماة لحساسية موضحة باللغة العربية ويمكن ترجمتها لأي لغة أخرى بجانب اللغة العربية بشرط ألا تختلف الصيغة عن تلك الموضحة باللغة العربية.



الأغذية الخالية من الجلوتين

SFDA.FD 1021

تختص هذه اللائحة الفنية بالأغذية الخالية من الجلوتين وهي أغذية خاصة بنظام تغذوي معين يتألف أو تصنّع فقط من مثل القمح اليابس والحنطة وقمح خرسان الذي تطلق TRITICUM مكون غذائي أو أكثر لا يحتوي على القمح (أي جميع أنواع عليه تسميات أخرى أيضاً مثل الكاموت)، والrai والشعير والشوفان أو الأصناف المهجنة منها، ولا يتجاوز مستوى الجلوتين عن 20 ملغم/كيلوغرام من المجموع استناداً إلى الأغذية بالشكل الذي تباع أو توزع فيه على المستهلك؛ وأ/أو مثل القمح اليابس والحنطة وقمح خرسان الذي تطلق TRITICUM تتألف من مكون أو أكثر من القمح (مثلاً جميع أنواع عليه تسميات أخرى أيضاً مثل الكاموت) والrai، والشعير، والشوفان أو الأصناف المهجنة منها، والتي جُهّزت بصورة خاصة لمنع الجلوتين منها، ولا يتجاوز مستوى الجلوتين فيها 20 ملغم/كيلوغرام من المجموع استناداً إلى الأغذية بالشكل الذي تباع أو توزع فيه على المستهلك.

يجب أن يتوفّر في الأغذية الخالية من الجلوتين المتطلبات التالية:

- ١. يجب ألا يزيد محتوى الجلوتين على 20 ملجم / كلجم في الغذاء المباع أو الموزع على المستهلك للأغذية الخالية من الجلوتين.
- ٢. يجب ألا توصف الأغذية الخالية من الجلوتين أو تقدم بطريقة تتسم بالزييف أو التضليل أو الخداع أو يرجح أن تعطي انطباعاً خطأً بشأن خصائصها من آلية ناحية، فلذلك يجب طباعة عبارة "حال من الجلوتين" إلى جانب اسم المنتج مباشرة.
- ٣. يجب أن توفر الأغذية الخالية من الجلوتين والتي تعتبر بدائل لأغذية أساسية هامة، نفس كميات الفيتامينات والمعادن تقريباً الموجودة في الأغذية الأصلية التي تم إحلالهما.

ثالثاً- البيانات التغذوية:

اشتراطات البيانات التغذوية على البطاقة

SFDA.FD/GSO 2233

يجب إيضاح البيانات التغذوية على جميع بطاقات المنتجات الغذائية المعبأة وذلك بناءً على اللائحة الفنية ويستثنى من ذلك:

- ـ الأغذية التي تكون فيها كمية السعرات الحرارية والبروتين والكربوهيدرات والدهون المشبعة والملح أو الصوديوم والمجموع الكلي للسكريات ضئيلة جداً (التي يمكن التعبير عنها بصفر) مثل البهارات والتوابل، الخضروات والفواكه الطازجة
- ـ اللحوم والدواجن والأسماك الطازجة والمجمدة والباردة غير المطبوخة وغير المضاف إليها التوابل أو الماء.
- ـ الأغذية التي تسوق مباشرة للمستهلك من موقع تحضيرها مثل السلطات أو المخبوزات أو الحلويات ونحوها.
- ـ المنتجات الغذائية المكونة من عنصر غذائي واحد.
- ـ مياه الشرب المعبأة والملياه المعدينية شريطة الالتزام بتوضيح نسب محتواه من المعدن.
- ـ الأغذية المعبأة ذات العبوات الصغيرة (يكون حجم العبوة فيها أقل من "25 سم²").
- ـ المضافات الغذائية.
- ـ مواد غذائية تحتاج إلى تعبأة أو إلى مزيد من العالجة ولا تباع مباشرة للمستهلك
- ـ العبوات الخارجية للأغذية المباعة عبر الخدمة الذاتية والتي تحمل بطاقات البيانات التغذوية على لوحة مرافقة أو على العبوة الأصلية.

البيانات التي يجب توفيرها في الإيضاح التغذوي:

- ـ مقدار الطاقة، كمية البروتين، مجموع الكربوهيدرات (الكربوهيدرات الغذائية والألياف الغذائية)، الدهون، الدهون المشبعة، والدهون المتحولة، الكوليسترول، الملح أو الصوديوم، المجموع الكلي للسكريات، السكر المضاف، ومقدار أي مغذي آخر يتم الإدعاء بأثره التغذوي أو الصحي.
- ـ كما أنه يجب إيضاح الفيتامينات والمعادن التي تم وضع توصيات من الجهات المختصة باشتراط إضافتها بناء على احتياجات صحية أو تغذوية، ولا يشترط توضيحيها في حال تواجدتها بكميات أقل من 5 % من القيمة المرجعية للعنصر التغذوي (NRV).

طريقة عرض الإيضاح التغذوي (الحقائق الغذائية)

حقائق تغذوية	
عدد المضمن في العبوة 8	حجم الحصة 2/3 كوب (55 غرام)
الكمية لكل حصة أو 100 مل أو 100 غرام	السعرات الحرارية 230
*نسبة الاحتياج اليومي %	
%10	دهون الكلية 8 غرام
%5	دهون مشبعة 1 غرام
	دهون متحولة 0 غرام
%0	كوليستيرول 0 ملغرام
%7	صوديوم 160 ملغرام
%13	الكريوهيدرات الكلية 37 غرام
	الألياف الغذائية 4 غرام
	سكهات كلية 12 غرام
%20	سكر مضاف 10 غرام
% 6	بروتين 3 غرام
* تدل نسبة الاحتياج اليومي على المقداريات في الحصة الواحدة مبنية على نظام غذائي محتوى على 2000 سعرة حرارية.	

- ↳ يجب التعبير عن المعلومات الخاصة بمقدار الطاقة بالكيلو كالوري وذلك لكل 100 غرام أو 100 مل أو لكل عبوة إذا كانت العبوة تحتوي على قطعة أو كمية / حصة واحدة. كما قد يتم إيضاح المعلومات لكل حصة من الطعام طبقاً لما هو مبين كمياً على البطاقة أو لكل قطعة في العبوة على أساس بيان عدد القطع في العبوة.
- ↳ يجب التعبير عن المعلومات الخاصة بمقدار البروتين والكريوهيدرات والدهون بالغرام لكل 100 غرام أو 100 مل أو لكل عبوة إذا كانت تحتوي على قطعة أو كمية / حصة واحدة.
- ↳ يجب التعبير عن المعلومات الرقمية للفيتامينات والمعادن بالوحدات المترية لكل 100 غرام أو 100 مل أو لكل عبوة إذا كانت تحتوي على قطعة واحدة. كما قد يتم إيضاح المعلومات لكل حصة من الطعام طبقاً لما هو مبين كمياً على البطاقة أو لكل قطعة في العبوة على أساس بيان عدد القطع في العبوة.
- ↳ يجب التعبير عن المعلومات الخاصة بقيم الاحتياج اليومي كنسبة مئوية لجميع المعلومات على بطاقة الحقائق الغذائية.

رابعاً- صافي المحتويات والوزن المصنف:

يذكر صافي المحتويات والوزن المصنف بالنظام المترى وقت التعبئة، ويتم ذكرها بالحجم إذا كانت المواد الغذائية سائلة وبالوزن في حال كانت صلبة، ويتم تحديده عند درجة حرارة [C25] فيما عدا الحالات التالية:

- ↳ يتم تحديد صافي الوزن او الحجم للمواد الغذائية المجمدة عند نقطة التجميد
 - ↳ يتم تحديد صافي الوزن او الحجم للمواد الغذائية المبردة عند درجة حرارة [C 4].
- ويذكر الوزن المصنف للغذاء المعيناً في وسط سائل كاللائ أو أي محلول يضاف له السكر أو الملح ونحوه.

خامسًا - الاسم والعنوان:

- يجب ذكر اسم وعنوان الصانع أو المعي في حال كان المعي غير الصانع.
- يمكن اضافة اسم الموزع أو المصدر أو البائع أو المستورد. (متطلب اختياري).

سادسًا - بلد النشأ:

يجب ذكر بلد النشأ، أما إذا تعرض المنتج لعاملات تصنيعية في بلد آخر تغير من طبيعتها الأصلية فيعتبر البلد الذي تمت فيه هذه العاملة التصنيعية هو بلد النشأ.

سابعًا - تواریخ الصلاحیة:

- يجب ان تكون التواریخ محفورة او بارزه او مطبوعة بحبر غير قابل للإزاله على جميع العبوات
- كما انه يمكن كتابتها باستخدام الرموز نحو (P) لتوضیح الإنتاج و (E) لتوضیح الانتهاء.
- لا يسمح بوضع ملصقات إضافية لتاريخ الإنتاج وانتهاء الصلاحیة

ثامنًا - تعليمات التخزين والاستخدام:

يجب توضیح التعليمات الخاصة بتخزين المنتج على العبوة.

تاسعًا - تحديد هوية الدفعة:

يجب تثبيت رقم او رمز لتحديد هوية الدفعة (التشغيلة) على العبوة بشكل واضح وغير قابل للمسح ويمكن الاستغناء عنها في حال تم ذكر تاريخ الإنتاج باليوم والشهر والسنة.

عاشرًا - الأغذية المعالجة بالإشعاع:

في حال كانت الأغذية معالجه بالإشعاع فانه يجب توضیح ذلك بالكتابه بالقرب من اسم المادة الغذائية، أما استخدام الرمز الدولي الذي يدل على معالجة الأغذية بالإشعاع يعتبر اختياري.

وضع البيانات التغذوية في صورة إشارات ضوئية:

SFDA.FD 42

حسب ما نصت عليه الموصفة القياسية فإنه يوصى بوضع البيانات التغذوية في صورة إشارات ضوئية على جميع منتجات الأغذية المعبأة ماعدا الأغذية المستثناء وهي كالتالي:

- ـ الأغذية التي تكون فيها كمية السعرات الحرارية والبروتين والكربوهيدرات والدهون والدهون المشبعة واللح أو الصوديوم والمجموع الكلي للسكريات ضئيلة جداً (التي يمكن التعبير عنها بصفر) مثل البهارات والتوابل. الخضروات والفواكه الطازجة
- ـ اللحوم والدواجن والأسماك الطازجة والجمدة والبرد غير المطبوخة وغير المضاف إليها التوابل أو الماء. الأغذية التي تسوق مباشرة للمستهلك من موقع تحضيرها مثل السلطات أو المخبوزات أو الحلويات ونحوها.
- ـ المنتجات الغذائية المكونة من عنصر غذائي واحد.
- ـ مياه الشرب المعبأة والمياه المعdenية شريطة الالتزام بتوضيح نسب محتواه من المعدن.
- ـ الأغذية المعبأة ذات العبوات الصغيرة (يكون حجم العبوة فيها أقل من "25 سم²"). المضافات الغذائية.
- ـ اللواد الغذائية التي تحتاج إلى تعبئة أو إلى مزيد من المعالجة ولا تباع مباشرة للمستهلك. العبوات الخارجية للأغذية المباعة عبر الخدمة الذاتية والتي تحمل بطاقات البيانات التغذوية على لوحة مراقبة أو على العبوة الأصلية.
- ـ أن تشتمل البيانات التغذوية في صورة إشارات ضوئية على القيم الأساسية التالية (الطاقة - الدهون - الدهون المشبعة - مجموع السكريات - اللح). مع مراعاة التسلسل والسميات المذكور. وأن يكون المقدار بالجرام لكل 100 جم للمواد الغذائية الصلبة أو لكل 100 مل للمواد الغذائية السائلة.
- ـ إضافة القيم المرجعية لكل العناصر التغذوية كنسبة مئوية (%) مع مراعاة تقريرها إلى أقرب عدد صحيح، وفي حال كانت القيمة المرجعية (%) للعناصر التغذوية أقل من 1% فمن الممكن الإعلان عنها ب < 1% ... مع توضيح على أنها مبنية على متوسط احتياج الفرد البالغ (2000 سعرة حرارية) ويمكن حسابها بناء على الآتي:

تستخدم القيم المرجعية الغذائية التالية لحساب البيانات التغذوية في صورة إشارات ضوئية:

الوحدة	القيمة المرجعية	المكون
كيلو كالوري	2000	الطاقة
غرام	70	الدهون
غرام	20	الدهون المشبعة
غرام	6	الملح
غرام	90	مجموع السكريات

توضع الألوان (الأخضر، البرتقالي، الأحمر) بناء على النسب المرجعية الموضحة في الجدول أدناه، ماعدا محتوى الطاقة في المنتج الغذائي فيكون بلا لون.

المعايير لكل 100 جم من الغذاء (صلب)

اللون	النص	منخفض الأخضر	متوسط البرتقالي	عالي الأحمر
الدهون	أصغر من أو يساوي 3 جم لكل 100 جم	أكبر من 17.5 جم لكل 100 جم	أكبر من 3 جم إلى أصغر من أو يساوي 17.5 جم لكل 100 جم	
الدهون المشبعة	أصغر من أو يساوي 1.5 جم لكل 100 جم	أكبر من 5 جم لكل 100 جم	أكبر من 1.5 جم إلى 5 جم لكل 100 جم	
مجموع السكريات	أصغر من أو يساوي 5 جم لكل 100 جم	أكبر من 22.5 جم لكل 100 جم	أكبر من 5 جم و أصغر من أو يساوي 22.5 لكل 100 جم	
الملح	أصغر من أو يساوي 0.3 جم لكل 100 جم	أكبر من 1.50 جم لكل 100 جم	أكبر من 0.3 جم إلى 1.5 جم لكل 100 جم	

المعايير لكل 100 مل من المشروبات (سائل)

النص رمز اللون	منخفض الأخضر	متوسط البرتقالي	عالي الأحمر
الدهون	أصغر من أو يساوي 3 جم لكل 100 جم	أكبر من 1.5 جم إلى 8.75 جم لكل 100 مل	أكبر من 8.75 جم لكل 100 مل
الدهون المشبعة	أصغر من أو يساوي 0.75 جم لكل 100 مل	أكبر من 0.75 جم إلى 2.5 جم لكل 100 مل	أكبر من 2.5 جم لكل 100 مل
مجموع السكريات	أصغر من أو يساوي 2.5 جم لكل 100 مل	أكبر من 2.5 جم إلى 11.25 جم لكل 100 مل	أكبر من 11.25 جم لكل 100 مل
الملح	أصغر من أو يساوي 0.3 جم لكل 100 مل	أكبر من 0.3 جم إلى 0.75 جم لكل 100 مل	أكبر من 0.75 جم لكل 100 مل

طريقة عرض البيانات:

- ـ ان تكون الاشكال الهندسية متسلسلة، غير قابلة للفصل عن العبوة، سهلة القراءة وواضحة وفي الجهة الأمامية من العبوة.
- ـ ان تكون الاشكال الهندسية ملونة بالكامل مع وجود فاصل بين كل شكل هندسي وآخر ماعدا الشكل الهندسي للطاقة بدون لون.
- ـ وأن تتضمن: الكلمة عالي في حال كان اللون أحمر، متوسط في حال كان اللون برتقالي، منخفض في حال كان اللون أخضر.

بطاقات عصائر ونكتار وشراب الفاكهة

SFDA.FD/GSO 2577

ما الفرق بين العصير / النectar / الشراب :

- ١ عصير الفاكهة : هو مشروب يحتوي على عصير الفاكهة بتركيز 100% ويعتبر خالٍ من الماء والسكر المضاف .
- ٢ نكتار الفاكهة : مشروب يحتوي على نسبة أقل من عصير الفاكهة بتركيز 30%, ويحتوي على مكونات أخرى مثل الماء والمواد الحافظة والسكر.
- ٣ شراب الفاكهة : هو مشروب يحتوي على نسبة أقل من عصير الفاكهة بتركيز 10%, ويحتوي على مكونات أخرى مثل الماء والمواد الحافظة والسكر.

طرق توضيح المحتويات على علب العصائر :



في حال تم استخدام " مساحيق المشروبات الاصطناعية المنكهة" يجب ذكر نوع المنسوج سواه كان محلي بالسكر / أو بالمحليات الاصطناعية / أو غير محلى على بطاقة المنتج.



إذا كانت السكريات موجودة بشكل طبيعي في المنتج وتم استخدام اللدغاء "حال من السكر المضاف" ، فيجب أن يذكر على بطاقة "المنتج" يحتوي على السكر بطبيعته.



يجب كتابة مصطلح "مكربن" أو "فوار" على البطاقة بالقرب من اسم المنتج في حال احتواه على ثاني أكسيد كربون.



يجب استبدال كلمة الفاكهة وتحديد نوع الفاكهة المستخدمة في الاسم على سبيل المثال: عصير التفاح وعصير البرتقال وغيرها.



عند إضافة السكر أو أحد مكوناته أو بدائله، فإنه يجب أن يشتمل اسم المنتج على العبارة المسماة " مع سكر مضاف " بعد اسم المنتج.



يجب أن توضح نسبة عصير الفاكهة أو الخضار على وجهة المعلومات بإحدى الصيغتين: "يحتوي على نسبة _____% من العصير" "عصير بنسبة _____%."



في حال تم استخدام محليات بديلة للسكر في المنتج، يجب إدراج العبارة "مع المحليات / مع محلى" بجانب اسم المنتج.



لا يسمح بكتابة العبارة "بدون سكر مضاف" لعصران الفواكه وذلك لكون إضافة السكر لهذه المنتجات غير مسموح بها.



عند استخدام اثنين أو أكثر من ثمار الفاكهة، يكون اسم المنتج قائمًا بالفواكه تنازلياً بحسب حجم العصائر الفاكهة المستعملة كما هو مذكور في قائمة المكونات مثل: عصير البرتقال والتفاح والأناناس، أو الكلمات "مزيج عصير الفاكهة"، " الخليط عصير الفاكهة"، "عصير الفواكه المختلفة" أو صيغة أخرى مماثلة.

يجب أن يتم تحديد وكتابة اسم الفاكهة المستخدمة ونوع العصير/الشراب أو / نكثار على بطاقة المنتج بشكل واضح. على سبيل المثال:

- عصير الفاكهة: يجب أن يكون اسم المنتج "عصير" أو "عصير".
 - عصير الفاكهة من المركبات: يجب أن يكون اسم المنتج "عصير من المركبات" أو "من مركبات عصير".
 - عصير الفاكهة المركز: يجب أن يكون اسم المنتج "عصير مركز" أو "مركز عصير".
 - عصير الفاكهة المستخلص باللاء: يجب أن يكون اسم المنتج "عصير مستخلص باللاء لفاكهه" أو "عصير المستخلص باللاء".
 - مهروس الفاكهة: يجب أن يكون اسم المنتج "مهروس" أو "مهروس".
 - نكتار الفاكهة: يجب أن يكون اسم المنتج "نكتار".
 - شراب الفاكهة: يجب أن يكون اسم المنتج "شراب".
 - شراب المركز: يجب أن يكون اسم المنتج "مركز شراب".
 - شراب مساحيق المشروبات الاصطناعية المنكهة: مسحوق شراب اصطناعي بنكهة .

الفصل الرابع:

اشترطات الادعاءات

التغذوية المسموحة

اشتراطات الادعاءات التغذوية المسموحة

شروط استخدام الادعاء	صيغة الادعاء	نوع المغذي
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء قليل الطاقة / قليل السعرات الحرارية عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 40 سعره حرارية (170 كيلو جول) لكل 100 جم للموادصلبة أو أكثر من 20 سعر حراري (80 كيلو جول) لكل 100 مل للسوائل.</p> <p>أما بالنسبة للم المحليات فالحاد الأقصى 4 كيلو كالوري (17 كيلو جول) لكل حصة غذائية، بتطبيقات خصائص التحلية لـ 6 غرام من السكر (حوالى 1 ملعقة صغيرة من السكر).</p>	قليل الطاقة / قليل السعرات الحرارية	
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء يحتوي على طاقة أقل / سعرات حرارية أقل، عندما يتم تخفيض قيمة الطاقة في المنتج على الأقل بنسبة 30 %، مع الإشارة إلى الخصائص التي خفضت قيمة الطاقة الجمالية للمنتج.</p>	طاقة أقل / سعرات حرارية أقل	الطاقة
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء خال من الطاقة / خال من السعرات الحرارية، عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 4 سعره حرارية (17 كيلو جول) لكل 100 مل.</p> <p>أما بالنسبة للم المحليات فالحاد الأقصى 0.4 كيلو كالوري (1.7 كيلو جول) لكل حصة غذائية، بتطبيقات خصائص التحلية لـ 6 غرام من السكر (حوالى 1 ملعقة صغيرة من السكر).</p>	خال من الطاقة / خال من السعرات الحرارية	
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء مصدر للبروتين عندما يتم توفير 12 % على الأقل من قيمة الطاقة من البروتين.</p>	مصدر للبروتين	البروتين
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء عالي البروتين عندما يتم توفير 20 % على الأقل من قيمة الطاقة من البروتين.</p>	عالي البروتين	
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء قليل السكر عندما تكون كمية السكر في المنتج لا تزيد على:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 5 جم سكر لكل 100 جم (للأغذية الصلبة) - 2.5 جم لكل 100 مل (للأغذية السائلة) 	قليل السكر Low Sugar	
<p>يمكن الادعاء أن الغذاء خالي من السكر عندما تكون كمية السكر في المنتج لا تزيد على:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 0.5 جم لكل 100 جم (للأغذية الصلبة) - 0.5 جم لكل 100 مل (للأغذية السائلة) 	خال من السكر Sugar Free	السكر
<p>يمكن الادعاء أنه لم تتم إضافة السكر إلى الغذاء عندما لا يحتوي المنتج على أي سكر أحادي أو سكر ثنائي مضاف (mono- or disaccharides) أو غيرها من المواد الغذائية التي تستخدم لفرض التحلية. وإذا كان المنتج بطيئته يحتوي على السكر، فإنه يجب وضع العبارة التالية على البطاقة الغذائية: "المنتج يحتوي على السكر بطيئته".</p>	بدون سكر مضاف NO added Sugar	
<p>يمكن الادعاء بذلك عندما تكون كمية السكر بالمنتج أقل 30 % عن محتواه في منتج مشابه. ولا يعني ذلك أن المنتج قليل من السكر.</p>	سكر أقل Reduced Sugar	

اشتراطات الادعاءات التغذوية المسموحة

شروط استخدام الدعاء	صيغة الدعاء	نوع المغذي
يمكن الادعاء أن الغذاء قليل الدهون، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 3 غرام من الدهون لكل 100 غرام للمواد الصلبة أو 1.5 غرام من الدهون لكل 100 مل للمواد السائلة.	قليل الدهون	الدهون
يمكن الادعاء أن الغذاء خال من الدهون، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 0.5 غرام من الدهون لكل 100 غرام أو 100 مل، كما أنه يمنع استخدام الدعاء " خال من الدهون".	خال من الدهون	
يمكن الادعاء أن الغذاء قليل الدهون المشبعة عندما يكون مجموع الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتحولة في المنتج لا يتجاوز 1.5 غرام لكل 100 غرام للمواد الصلبة أو 0.75 غرام/100 مل للسوائل، وفي كل الحالتين يجب ألا يوفر مجموع الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتحولة أكثر من 10 % من الطاقة.	قليل الدهون المشبعة	
يمكن الادعاء أن الغذاء خالي من الدهون المشبعة عندما لا يتجاوز مجموع الدهون المشبعة والأحماض الدهنية المتحولة 0.1 غرام من الدهون المشبعة لكل 100 غرام أو 100 مل.	خالي من الدهون المشبعة	الدهون المشبعة
يمكن الادعاء بأن الغذاء يحتوي على كمية أقل أو منخفض الدهون المشبعة، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، فقط عند الالتزام التالي: (أ) يكون مجموع الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتحولة في المنتج الذي يحمل الدعاء أقل بنسبة 30 % على الأقل من مجموع الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتحولة في منتج مماثل. (ب) يكون محتوى المنتج من الأحماض الدهنية المتحولة في المنتج الذي يحمل الدعاء مساوي أو أقل منه في منتج مماثل.	كمية أقل من الدهون المشبعة	
يمكن الادعاء أن الغذاء عالي الدهون غير المشبعة، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما تكون مالا يقل عن 70 % من الأحماض الدهنية الموجودة في المنتج من الدهون غير المشبعة بشرط أن توفر الدهون غير المشبعة أكثر من 20 % من طاقة المنتج.	عالية الدهون غير المشبعة	الدهون الغير مشبعة
يمكن الادعاء أن الغذاء عالي الدهون عديدة عدم التشبع، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما تكون مالا يقل عن 45 % من الأحماض الدهنية الموجودة في المنتج من الدهون عديدة عدم التشبع بشرط أن توفر الدهون عديدة عدم التشبع أكثر من 20 % من طاقة المنتج.	عالية الدهون عديدة عدم التشبع	الدهون (عديدة عدم التشبع)
يمكن الادعاء أن الغذاء عالي الدهون أحادية عدم التشبع، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما تكون مالا يقل عن 45 % من الأحماض الدهنية الموجودة في المنتج من الدهون أحادية عدم التشبع بشرط أن توفر الدهون أحادية عدم التشبع أكثر من 20 % من طاقة المنتج.	عالية الدهون أحادية عدم التشبع	الدهون (أحادية عدم التشبع)

اشتراطات الادعاءات التغذوية المسموحة

شروط استخدام الدعاء	صيغة الدعاء	نوع المغذي
يمكن الادعاء أن الغذاء مصدر للأحماض الدهنية أوميغا-3، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يحتوي المنتج على 0.3 غرام حمض ألفا-لينولينيك (ALA) لكل 100 غرام، وكل 100 كيلو سعر حراري، أو على الأقل 40 ملجم لمجموع حمض الدوكوساهيكسونيك (DHA) وحمض إيكوسابينتاناونيك (EPA) لكل 100 غرام، وكل 100 كيلو سعر حراري	مصدر للأحماض الدهنية أوميغا-3	الأحماض الدهنية (أوميغا-3)
يمكن الادعاء أن الغذاء عالي الأحماض الدهنية أوميغا-3، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يحتوي المنتج على 0.6 غرام حمض ألفا-لينولينيك (ALA) لكل 100 غرام، وكل 100 كيلو سعر حراري، أو على الأقل 80 ملجم لمجموع حمض الدوكوساهيكسونيك (DHA) وحمض إيكوسابينتاناونيك (EPA) لكل 100 غرام، وكل 100 كيلو سعر حراري	عالية الأحماض الدهنية أوميغا-3	
يمكن الادعاء أن الغذاء قليل الكوليستروول، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يكون كمية الكوليستروول في المنتج لا تتجاوز 0.02 غرام لكل 100 غرام للمواد الصلبة أو 0.01 غ/100 مل للسوائل، كما أن محتوى المنتج من الدهون المشبعة يجب ألا يتتجاوز 1.5 غرام لكل 100 غرام للمواد الصلبة أو 0.75 غ/100 مل للسوائل وأن تكون الطاقة المتوفرة من الدهون المشبعة أقل من 10%.	قليل الكوليستروول	الكوليستروول
يمكن الادعاء أن الغذاء خال من الكوليستروول، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يكون كمية الكوليستروول في المنتج لا تتجاوز 0.005 غرام لكل 100 غرام أو لكل 100 مل، كما أنه يمكن استخدام الدعاء "الم المنتج سـ خال من الكوليستروول"، بالإضافة إلى أن محتوى المنتج من الدهون المشبعة يجب ألا يتتجاوز 1.5 غرام لكل 100 غرام للمواد الصلبة أو 0.75 غ/100 مل للسوائل وأن تكون الطاقة المتوفرة من الدهون المشبعة أقل من 10%.	خال من الكوليستروول	
يمكن الادعاء أن الغذاء مصدر للألياف، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يحتوي المنتج على الأقل على 3 غرام من الألياف لكل 100 غرام أو على 1.5 غرام من الألياف لكل 100 كيلو سعر حراري.	مصدر للألياف	الألياف
يمكن الادعاء أن الغذاء عالي الألياف، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يحتوي المنتج على الأقل على 6 غرام من الألياف لكل 100 غرام أو على 3 غرام من الألياف لكل 100 كيلو سعر حراري.	عالي الألياف	

اشتراطات الادعاءات التغذوية المسموحة

شروط استخدام الادعاء	صيغة الادعاء	نوع المغذي
يمكن الادعاء أن الغذاء قليل الملح / الصوديوم وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يحتوي المنتج على أقل 0.12 غرام من الصوديوم أو ما يعادلها للملح، لكل 100 غرام أو لكل 100 مل.	قليل الملح / الصوديوم Low Sodium	الملح / الصوديوم
يمكن الادعاء أن الغذاء قليل الملح / الصوديوم وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يحتوي المنتج على أقل 0.04 غرام من الصوديوم أو ما يعادلها للملح، لكل 100 غرام أو لكل 100 مل.	قليل جدا من الملح / الصوديوم Very Low Sodium	
يمكن الادعاء أن الغذاء خالي من الصوديوم أو خالي من الملح وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك ، عندما يحتوي المنتج على أقل من 0.005 غرام من الصوديوم، أو ما يعادلها للملح، لكل 100 غرام.	خال من الصوديوم أو خالي Sodium Free	
يمكن الادعاء بأنه لم تتم إضافة الملح / الصوديوم إلى الغذاء، عندما لا يحتوي المنتج على صوديوم / ملح مضاد، أو أي مكونات أخرى محتوية على صوديوم / ملح مضاد و يحتوي المنتج على أقل من 0.12 غرام من الصوديوم، أو ما يعادلها للملح، لكل 100 غرام أو 100 مل.	بدون ملح / صوديوم مضاد	
يمكن الادعاء بذلك عندما يحتوي المنتج على 25% صوديوم أقل في الأغذية المشابهة	صوديوم أقل	
يمكن الادعاء بذلك عندما لا يحتوي المنتج على صوديوم أو ملح مضاد أو أي مكونات تحتوي على صوديوم أو ملح مضاد.	غير مملح	
يمكن الادعاء أن الغذاء مصدر لفيتامينات و / أو المعادن، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يوفر المنتج على الأقل: 15% من القيمة المرجعية للعنصر الغذائي (NRV) الموضحة في اللائحة الفنية اشتراطات البيانات التغذوية على البطاقة "لكل 100 غرام أو 100 مل للي منتج عدا المشروبات". 7.5% من القيمة المرجعية للعنصر الغذائي (NRV) الموضحة في اللائحة الفنية اشتراطات البيانات التغذوية على البطاقة "لكل 100 مل للمشروبات 15 % من القيمة المرجعية للعنصر (NRV) الموضحة في اللائحة الفنية اشتراطات البيانات التغذوية على البطاقة "لكل حصة مرجعية في حال كان المنتج المعيناً يحتوي على حصة مرجعية واحدة فقط	مصدر ل (اسم الفيتامين/ الفيتامينات) و/أو مصدر ل (اسم المعادن/المعادن)	فيتامينات و/أو معادن
يمكن الادعاء أن الغذاء عالي الفيتامينات و / أو المعادن، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يوفر المنتج على الأقل ضعف القيمة المحددة للادعاء "مصدر ل (اسم الفيتامين/الفيتامينات) و/أو مصدر ل (اسم المعادن/المعادن)".	عالي (اسم الفيتامين/ الفيتامينات) و/أو عالي (اسم المعادن/المعادن)	مادة مغذية
يمكن وضع اشتراط لها في هذه اللائحة، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عند الالتزام بجميع اشتراطات الواردة في هذه اللائحة، وبالنسبة للفيتامينات والمعادن تطبق شروط الادعاء "مصدر ل [اسم الفيتامين] و / أو [اسم العنصر المعادني]."	يحتوي على [اسم المادة المغذية أو مواد أخرى]	

اشتراطات الادعاءات التغذوية المسموحة

شروط استخدام الدعاء	صيغة الدعاء	نوع المغذي
يمكن الدعاء بأنه قد تم زيادة كمية مادة مغذية أو أكثر، بخلاف الفيتامينات والمعادن، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يتم الإلزام بجميع الاسترطاطات الدعاء "مصدر" وأن تكون الزيادة في كمية المادة المغذية بنسبة 30 % على الأقل مقارنة بالمنتجات المشابهة.	كمية أعلى من [اسم المادة المغذية]	كمية أعلى من ↑
يمكن الدعاء بأنه قد تم تخفيض كمية مادة مغذية أو أكثر، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يكون التخفيض في كمية المادة المغذية بنسبة 30 % على الأقل مقارنة بالمنتجات المشابهة، باستثناء المغذيات الدقيقة، حيث أن فارق 10 % في القيمة المرجعية للعنصر الغذائي (NRV) الموضحة في اللائحة الفنية لاشتراطات البيانات التغذوية على البطاقة تكون مقبولة، أما الصوديوم، أو ما يعادلها للملجم، فإن نسبة 25 % مقبولة.	كمية أقل من [اسم المادة المغذية]	كمية أقل من ↓
يمكن الدعاء أن الغذاء "خفيف" أو "لايت"، وأي ادعاء آخر قد يحمل نفس المعنى للمستهلك، عندما يتم الالتزام بشروط استخدام الدعاء "كمية أقل" مع الإشارة إلى الخصائص التي تجعل المنتج "خفيف" أو "لايت".	خفيف/لايت	خفيف/لايت
عند استخدام هذه المصطلحات فإنه يجب الالتزام بالتشريعات الوطنية ذات الصلة في الدول الأعضاء لمجلس التعاون لدول الخليج العربي.	"طبيعي"، و"نقى"، و"طازج"، و"صنع منزلي / محلي"، و"بيولوجي"	"طبيعي"، و"نقى"، و"طازج"، و"صنع منزلي / محلي"، و"بيولوجي"
عند استخدام هذه المصطلحات فإنه يجب أن الالتزام بالمتطلبات الواردة في اللائحة الفنية الخليجية المعتمدة SFDA.FD/GS09 بطاقات المواد الغذائية المعينة.	"عضوى" و"حلال"	"عضوى" و"حلال"

