Proiect

Guvernul Republicii Moldova

HOTĂRÂRE nr.\_\_\_\_\_\_\_

din\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017

**Cu privire la aprobarea Listei de mențiuni de sănătate permise pentru înscrierea pe produsele alimentare, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor**

În temeiul art. 6 din Legea nr.10-XVI din 10 februarie 2009 privind supravegherea de stat a sănătăţii publice (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2009, nr.67, art.183), art. 5 alin. (2) şi art. 9 alin. (1) și (7) din Legea nr.78-XV din 18 martie 2004 privind produsele alimentare (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2004, nr.83-87, art.431) și în scopul sporirii accesului la informare și protecţie a sănătăţii populaţiei, Guvernul HOTĂRĂŞTE:

1. Se aprobă Lista de mențiuni de sănătate permise pentru înscrierea pe produsele alimentare, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor, conform anexei.
2. Prezenta hotărîre intră în vigoare la trei luni de la data publicării în Monitorul Oficial al Republicii Moldova.
3. Controlul asupra executării prezentei hotărîri se pune în sarcina Ministerului sănătăţii, muncii și protecției sociale.

**Prim-ministru PAVEL FILIP**

Contrasemnează:

Viceprim-ministru, ministrul economiei

și infrastructurii Octavian CALMÎC

Ministrul sănătății, muncii și protecției sociale Stela GRIGORAȘ

Ministrul agriculturii

dezvoltării regionale și mediului Vasile BÎTCA

Anexă

la Hotărîrea Guvernului nr. \_\_\_\_\_\_\_

din \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017

**Lista de mențiuni de sănătate permise,**

**înscrise pe produsele alimentare, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor**

Lista de mențiuni de sănătate premise, înscrise pe produsele alimentare este elaborată întru implementarea Regulamentului sanitar privind menţiunile nutriţionale şi de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 23 martie 2011.

Prezenta Listă de mențiuni de sănătate premise, înscrise pe produsele alimentare, altele decît cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor transpune **Regulamentul (UE) nr. 432/2012 al Comisiei din 16 mai 2012 de stabilire a unei liste de mențiuni de sănătate permise, înscrise pe produsele alimentare, altele decât cele care se referă la reducerea riscului de îmbolnăvire și la dezvoltarea și sănătatea copiilor** (Text cu relevanţă pentru SEE), publicat în Jurnalul Oficial al Uniunii Europene L 136/1 din 25 mai 2012, cu modificările și completările ulterioare.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nr.d/o** | **Nutrient, substanță, produs alimentar sau categorie de produse alimentare** | **Mențiune** | **Condiții de utilizare a mențiunii** | **Condiții și/sau restricții de utilizare a produsului alimentar și/sau indicații sau avertizări suplimentare** |
| 1 | **Cărbune activ** | Cărbunele activ contribuie la reducerea flatulenței după consumul de alimente | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 1 g de cărbune activ la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului unei cantități de 1 g, cel puțin cu 30 de minute înainte de masă și de 1 g imediat după masă. |  |
| 2 | **Acid alfa-linolenic**  **(AAL)** | AAL contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de AAL, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE ACIZI GRAȘI OMEGA 3, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011.  Consumatorul trebuie informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 2 g de AAL. |  |
| 3 | **Arabinoxilan produs din endospermul bobului de grâu** | Consumul de arabinoxilan în timpul unei mese contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 8 g de fibre bogate în arabinoxilan (AX) produse din endospermul bobului de grâu (cel puțin 60 % AX per greutate) la 100 g de carbohidrați disponibili la o porție cuantificată ca parte a unei mese. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului, în timpul mesei, de fibre bogate în arabinoxilan (AX) produse din endospermul bobului de grâu. |  |
| 4 | **Fibre din boabe de orz** | Fibrele conținute în boabele de orz contribuie la creșterea volumului bolului fecal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 5 | **Beta-glucani** | Beta-glucanii contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 1 g de beta-glucani din ovăz, tărâțe de ovăz, orz, tărâțe de orz sau din amestecuri de astfel de surse la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie să fie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de beta-glucani din ovăz, tărâțe de ovăz, orz, tărâțe de orz sau din amestecuri de astfel de beta-glucani. |  |
| 6 | **Beta-glucani din ovăz și orz** | Consumul de beta-glucani din ovăz sau orz la o masă contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 4 g de beta-glucani din ovăz sau orz la fiecare 30 g de carbohidrați disponibili într-o porție cuantificată, la o masă. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului de beta-glucani din ovăz sau orz în timpul mesei. |  |
| 7 | **Betaină** | Betaina contribuie la metabolismul normal al homocisteinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 500 mg de betaină la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 1,5 g de betaină. | Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că un consum zilnic care depășește 4 g poate determina o creștere semnificativă a nivelului de colesterol în sânge. |
| 8 | **Biotină** | Biotina contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 9 | **Biotină** | Biotina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 10 | **Biotină** | Biotina contribuie la metabolismul normal al macronutrienților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 11 | **Biotină** | Biotina contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 12 | **Biotină** | Biotina contribuie la menținerea sănătății părului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 13 | **Biotină** | Biotina contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 14 | **Biotină** | Biotina contribuie la menținerea sănătății pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de biotină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 15 | **Calciu** | Calciul contribuie la coagularea normală a sângelui | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 16 | **Calciu** | Calciul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 17 | **Calciu** | Calciul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 18 | **Calciu** | Calciul contribuie la o neurotransmisie normală | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 19 | **Calciu** | Calciul contribuie la funcționarea normală a enzimelor digestive | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 20 | **Calciu** | Calciul contribuie la procesul de diviziune și de diferențiere celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 21 | **Calciu** | Calciul este necesar pentru menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 22 | **Calciu** | Calciul este necesar pentru menținerea sănătății dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de calciu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 23 | **Soluții carbohidrați – electroliți** | Soluțiile carbohidrați – electroliți contribuie la menținerea rezistenței la efort în timpul exercițiilor fizice prelungite | Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă pe acestea, soluțiile carbohidrați-electroliți trebuie să conțină 80-350 kcal/L provenind din carbohidrați, iar cel puțin 75 % din energie trebuie să provină din carbohidrați care determină un răspuns glicemic rapid, precum glucoza, polimerii de glucoză și zaharoza. În plus, aceste băuturi trebuie să conțină sodiu între 20 mmol/L (460 mg/L) și 50 mmol/L (1 150 mg/L) și să aibă o osmolalitate între 200-330 mOsm/kg apă. |  |
| 24 | **Soluții carbohidrați – electroliți** | Soluțiile carbohidrați –electroliți cresc absorbția de apă în timpul exercițiilor fizice | Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă pe acestea, soluțiile carbohidrați-electroliți trebuie să conțină 80-350 kcal/L provenind din carbohidrați, iar cel puțin 75 % din energie trebuie să provină din carbohidrați care determină un răspuns glicemic rapid, precum glucoza, polimerii de glucoză și zaharoza. În plus, aceste băuturi trebuie să conțină sodiu între 20 mmol/L (460 mg/L) și 50 mmol/L (1 150 mg/L) și să aibă o osmolalitate între 200-330 mOsm/kg apă. |  |
| 25 | **Chitosan** | Chitosanul contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 3 g de chitosan. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de chitosan. |  |
| 26 | **Clorură** | Clorura contribuie la digestia normală, prin producerea de acid clorhidric în stomac | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de clorură, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. | Mențiunea nu poate fi utilizată pentru clorura a cărei sursă este clorura de sodiu |
| 27 | **Colină** | Colina contribuie la metabolismul normal al homocisteinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 82,5 mg de colină la 100 g sau 100 ml sau la o singură porție de produs alimentar. |  |
| 28 | **Colină** | Colina contribuie la metabolismul normal al lipidelor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 82,5 mg de colină la 100 g sau 100 ml sau la o singură porție de produs alimentar. |  |
| 29 | **Colină** | Colina contribuie la menținerea funcției normale a ficatului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 82,5 mg de colină la 100 g sau 100 ml sau la o singură porție de produs alimentar. |  |
| 30 | **Crom** | Cromul contribuie la metabolismul normal al macronutrienților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de crom trivalent, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 31 | **Crom** | Cromul contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale glucozei din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de crom trivalent, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 32 | **Cupru** | Cuprul contribuie la menținerea sănătății țesuturilor conjunctive | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 33 | **Cupru** | Cuprul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 34 | **Cupru** | Cuprul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 35 | **Cupru** | Cuprul contribuie la pigmentarea normală a părului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 36 | **Cupru** | Cuprul contribuie la transportul normal al fierului în corp | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 37 | **Cupru** | Cuprul contribuie la pigmentarea normală a pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 38 | **Cupru** | Cuprul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 39 | **Cupru** | Cuprul contribuie la protejarea constituenților celulari împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de cupru, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 40 | **Creatină** | Creatina crește performanța fizică în eforturi succesive din timpul exercițiilor fizice de scurtă durată și de mare intensitate | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 3 g de creatină. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de creatină. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare destinate adulților care efectuează exerciții fizice de mare intensitate |
| 41 | **Acid docosahexaenoic**  **(DHA)** | DHA contribuie la menținerea funcției normale a creierului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 40 mg de DHA la 100 g și 100 kcal. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 250 mg de DHA. |  |
| 42 | **Acid docosahexaenoic**  **(DHA)** | DHA contribuie la menținerea vederii normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 40 mg de DHA la 100 g și 100 kcal. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 250 mg de DHA. |  |
| 43 | **Acid eicosapentaenoic și acid docosahexaenoic**  **(EPA/DHA)** | EPA și DHA contribuie la funcția normală a inimii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de EPA și DHA, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE ACIZI GRAȘI OMEGA 3, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 250 mg de EPA și DHA. |  |
| 44 | **Fluorură** | Fluorura contribuie la menținerea mineralizării dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fluorură, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 45 | **Folat** | Folatul contribuie la creșterea țesutului matern în timpul sarcinii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 46 | **Folat** | Folatul contribuie la sinteza normală a aminoacizilor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 47 | **Folat** | Folatul contribuie la buna funcționare a hematopoiezei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 48 | **Folat** | Folatul contribuie la metabolismul normal al homocisteinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 49 | **Folat** | Folatul contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 50 | **Folat** | Folatul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 51 | **Folat** | Folatul contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 52 | **Folat** | Folatul contribuie la procesul de diviziune celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de folat, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 53 | **Produse alimentare cu conținut scăzut sau redus de acizi grași saturați** | Reducerea consumului de grăsimi saturate contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având cel puțin un conținut scăzut de acizi grași saturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT SCĂZUT DE GRĂSIMI SATURATE sau având un conținut redus de acizi grași saturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 54 | **Produse alimentare cu conținut scăzut sau redus de sodiu** | Reducerea consumului de sodiu contribuie la menținerea tensiunii arteriale normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având cel puțin un conținut scăzut de sodiu/sare, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT SCĂZUT DE SODIU/SARE sau având un conținut redus de sodiu/sare, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 55 | **Glucomanan**  **(konjac mannan)** | Glucomananul contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 4 g de glucomanan. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 4 g de glucomanan. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 56 | **Glucomananul**  **(konjac mannan)** | În condițiile unei diete hipocalorice, glucomananul contribuie la scăderea în greutate | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 1 g de glucomanan la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de glucomanan în trei doze a câte 1 g, luate împreună cu 1-2 pahare de apă, înaintea meselor și în condițiile unei diete hipocalorice. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 57 | **Gumă de Guar** | Guma de Guar contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 10 g de gumă de Guar. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 10 g de gumă de Guar. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 58 | **Hidroxipropil metilceluloză**  **(HPMC)** | Consumul de hidroxipropil metilceluloză în timpul mesei contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză din sânge după masa respectivă | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 4 g de HPMC la o porție cuantificată la o masă. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 4 g de HPMC în timpul unei mese. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 59 | **Hidroxipropil metilceluloză**  **(HPMC)** | Hidroxipropil metilceluloza contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 5 g de HPMC. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 5 g de HPMC. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 60 | **Iod** | Iodul contribuie la funcția cognitivă normală | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 61 | **Iod** | Iodul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 62 | **Iod** | Iodul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 63 | **Iod** | Iodul contribuie la menținerea sănătății pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 64 | **Iod** | Iodul contribuie la producția normală de hormoni tiroidieni și la funcționarea normală a glandei tiroide | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de iod, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 65 | **Fier** | Fierul contribuie la funcția cognitivă normală | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 66 | **Fier** | Fierul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 67 | **Fier** | Fierul contribuie la formarea normală a globulelor roșii și a hemoglobinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 68 | **Fier** | Fierul contribuie la transportul normal al oxigenului în corp | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 69 | **Fier** | Fierul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 70 | **Fier** | Fierul contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 71 | **Fier** | Fierul contribuie la procesul de diviziune celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fier, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 72 | **Enzima lactază** | Enzima lactază îmbunătățește digestia lactozei la persoanele care au dificultăți în ceea ce privește digerarea lactozei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru suplimentele alimentare, cu o doză minimă de 4 500 unități FCC (Food Chemicals Codex – Codexul substanțelor chimice din produsele alimentare), cu instrucțiuni pentru persoanele vizate privind consumul la fiecare masă care conține lactoză. | Persoanele vizate trebuie informate, de asemenea, că toleranța la lactoză este variabilă și că trebuie să solicite recomandări în ceea ce privește rolul acestei substanțe în dieta lor. |
| 73 | **Lactuloză** | Lactuloza contribuie la accelerarea tranzitului intestinal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 10 g de lactuloză într-o singură porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului unei doze unice de 10 g de lactuloză pe zi. |  |
| 74 | **Acid linoleic** | Acidul linoleic contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 1,5 g de acid linoleic (AL) la 100 g și 100 kcal.  Consumatorul trebuie informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 10 g de AL. |  |
| 75 | **Culturi vii din iaurt** | Culturile vii din iaurt sau lapte fermentat facilitează digestia lactozei din produsele alimentare la persoanele care au dificultăți în ceea ce privește digerarea lactozei | Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă pe acestea, iaurtul sau laptele fermentat trebuie să conțină cel puțin 108 unități formatoare de colonii de microorganisme vii (Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus și Streptococcus thermophilus) per gram. |  |
| 76 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 77 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la echilibrul electrolitic | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 78 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 79 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 80 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 81 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la sinteza normală a proteinelor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 82 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 83 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 84 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la menținerea sănătății dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 85 | **Magneziu** | Magneziul contribuie la procesul de diviziune celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de magneziu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 86 | **Mangan** | Manganul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 87 | **Mangan** | Manganul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 88 | **Mangan** | Manganul contribuie la formarea normală a țesuturilor conjunctive | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 89 | **Mangan** | Manganul contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de mangan, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 90 | **Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutății** | Substituirea unei mese zilnice din cadrul unei diete hipocalorice cu un înlocuitor contribuie la menținerea greutății corporale după pierderea în greutate | Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă, un produs alimentar trebuie să respecte specificațiile prevăzute în Directiva 96/8/CE în ceea ce privește produsele alimentare menționate la articolul 1 alineatul (2) litera (b) din directivă. Pentru obținerea efectului menționat, în locul unei mese zilnice trebuie să se consume înlocuitori. |  |
| 91 | **Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutății** | Substituirea a două mese zilnice din cadrul unei diete hipocalorice cu înlocuitori contribuie la pierderea în greutate | Pentru ca mențiunea să poată fi înscrisă, un produs alimentar trebuie să respecte specificațiile prevăzute în Directiva 96/8/CE în ceea ce privește produsele alimentare menționate la articolul 1 alineatul (2) litera (b) din directivă. Pentru obținerea efectului menționat, în locul a două mese zilnice trebuie să se consume înlocuitori. |  |
| 92 | **Carne sau pește** | Carnea sau peștele contribuie la îmbunătățirea absorbției fierului atunci când se consumă împreună cu alte alimente care conțin fier | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 50 g de carne sau pește într-o singură porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 50 g de carne sau pește împreună cu unul sau mai multe alimente care conțin fier non-heminic. |  |
| 93 | **Melatonină** | Melatonina contribuie la atenuarea tulburărilor de somn | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 0,5 mg de melatonină la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului unei doze minime de 0,5 mg administrate înainte de culcare în prima zi de călătorie și în următoarele câteva zile după sosirea la destinație. |  |
| 94 | **Melatonină** | Melatonina contribuie la reducerea timpului necesar pentru a adormi | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 1 mg de melatonină la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 1 mg de melatonină înainte de culcare. |  |
| 95 | **Molibden** | Molibdenul contribuie la metabolismul normal al aminoacizilor care conțin sulf | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de molibden, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 96 | **Monascus purpureus**  **(orez roșu fermentat)** | Substanța denumită „monacolin K”, care se găsește în orezul roșu fermentat, contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 10 mg de monacolin K din orezul roșu fermentat. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 10 mg de monacolin K conținute în preparatele alimentare din orez roșu fermentat. |  |
| 97 | **Acizi grași mononesaturați (MUFA) și/sau acizi grași polinesaturați (PUFA)** | Înlocuirea grăsimilor saturate cu grăsimi nesaturate din dietă contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge [MUFA și PUFA sunt grăsimi nesaturate] | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în acizi grași nesaturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT RIDICAT DE GRĂSIMI NESATURATE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 98 | **Niacină** | Niacina contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 99 | **Niacină** | Niacina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 100 | **Niacină** | Niacina contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 101 | **Niacină** | Niacina contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 102 | **Niacină** | Niacina contribuie la menținerea sănătății pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 103 | **Niacină** | Niacina contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de niacină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 104 | **Fibre din boabe de ovăz** | Fibrele conținute în boabele de ovăz contribuie la creșterea volumului bolului fecal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 105 | **Acid oleic** | Înlocuirea grăsimilor saturate din alimentație cu grăsimi nesaturate contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge. Acidul oleic este o grăsime nesaturată. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în acizi grași nesaturați, astfel cum apare în mențiunea CONȚINUT RIDICAT DE GRĂSIMI NESATURATE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 106 | **Polifenoli din ulei de măsline** | Polifenolii din uleiul de măsline contribuie la protejarea lipidelor din sânge împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru uleiul de măsline care conține cel puțin 5 mg de hidroxitirozol și derivați ai acestuia (de exemplu, compusul oleuropeină și tirozolul) la 20 g de ulei de măsline. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 20 g de ulei de măsline. |  |
| 107 | **Acid pantotenic** | Acidul pantotenic contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 108 | **Acid pantotenic** | Acidul pantotenic contribuie la sinteza normală și la metabolizarea hormonilor steroizi, a vitaminei D și a unor neurotransmițători | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 109 | **Acid pantotenic** | Acidul pantotenic contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 110 | **Acid pantotenic** | Acidul pantotenic contribuie la performanța mentală normală | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de acid pantotenic, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 111 | **Pectine** | Pectinele contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 6 g de pectine. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 6 g de pectine. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 112 | **Pectine** | Consumul de pectine în timpul unei mese contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care conțin 10 g de pectine la o porție cuantificată. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum de 10 g de pectine la o masă. | Trebuie să se prevadă un avertisment privind riscul de sufocare pentru persoanele cu dificultăți la înghițire sau în cazul ingerării substanței cu un aport inadecvat de lichid   |  |  | | --- | --- | | — | se recomandă ingerarea cu multă apă, pentru a asigura ajungerea substanței în stomac. | |
| 113 | **Fosfor** | Fosforul contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 114 | **Fosfor** | Fosforul contribuie la funcționarea normală a membranelor celulare | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 115 | **Fosfor** | Fosforul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 116 | **Fosfor** | Fosforul contribuie la menținerea sănătății dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de fosfor, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 117 | **Steroli vegetali și stanoli vegetali** | Sterolii/stanolii vegetali contribuie la menținerea concentrațiilor normale ale colesterolului din sânge | Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de cel puțin 0,8 g de steroli/stanoli vegetali. |  |
| 118 | **Potasiu** | Potasiul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de potasiu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 119 | **Potasiu** | Potasiul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de potasiu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 120 | **Potasiu** | Potasiul contribuie la menținerea tensiunii arteriale normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de potasiu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 121 | **Proteine** | Proteinele contribuie la creșterea masei musculare | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de proteine, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE PROTEINE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 122 | **Proteine** | Proteinele contribuie la menținerea masei musculare | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de proteine, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE PROTEINE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 123 | **Proteine** | Proteinele contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de proteine, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE PROTEINE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 124 | **Amidon rezistent** | Înlocuirea tipurilor de amidon digerabile cu amidon rezistent la o masă contribuie la o diminuare a creșterii nivelului de glucoză în sânge după masa respectivă. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare în care amidonul digerabil a fost înlocuit cu amidon rezistent, astfel încât conținutul final de amidon rezistent să reprezinte cel puțin 14 % din conținutul total de amidon. |  |
| 125 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 126 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 127 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 128 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la menținerea globulelor roșii normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 129 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la menținerea sănătății pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 130 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la menținerea vederii normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 131 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la metabolismul normal al fierului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 132 | **Riboflavină**  **(vitamina B2)** | Riboflavina contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 133 |  | Riboflavina contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de riboflavină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 134 | **Fibre din secară** | Fibrele din secară contribuie la funcționarea normală a intestinului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 135 | **Seleniu** | Seleniul contribuie la spermatogeneza normală | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 136 | **Seleniu** | Seleniul contribuie la menținerea sănătății părului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 137 | **Seleniu** | Seleniul contribuie la menținerea sănătății unghiilor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 138 | **Seleniu** | Seleniul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 139 | **Seleniu** | Seleniul contribuie la funcționarea normală a glandei tiroide | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 140 | **Seleniu** | Seleniul contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de seleniu, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 141 | **Înlocuitori ai zahărului, precum îndulcitorii concentrați;**  **xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, sucraloză și polidextroză; alte zaharuri** | Consumul de alimente/băuturi care conțin <denumirea înlocuitorului de zahăr> în loc de zahăr determină diminuarea a creșterii nivelului de glucoză în sânge după consum, comparativ cu alimentele/băuturile care conțin zahăr | Pentru a putea fi înscrisă mențiunea, zaharurile din produsele alimentare și băuturi ar trebui să fie înlocuite cu înlocuitori ai zahărului, de exemplu cu îndulcitori concentrați, xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, sucraloză sau polidextroză sau cu o combinație a acestora, astfel încât alimentele sau băuturile să conțină cantități de zaharuri reduse cel puțin cu cantitatea specificată prin mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011.  D-tagatoza și izomaltuloza ar trebui să substituie cantități echivalente de alte zaharuri în aceeași proporție ca cea prevăzută în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 142 | **Înlocuitori ai zahărului, precum îndulcitorii concentrați;**  **xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, sucraloză și polidextroză; alte zaharuri** | Consumul de alimente/băuturi care conțin <denumirea înlocuitorului de zahăr> în loc de zahăr contribuie la menținerea mineralizării dinților | Pentru a putea fi înscrisă mențiunea, zaharurile din produsele alimentare și băuturi ar trebui să fie înlocuite (ceea ce reduce pH-ul plăcii la un nivel sub 5,7) cu înlocuitori ai zahărului, de exemplu cu îndulcitori concentrați, xilitol, sorbitol, manitol, maltitol, lactitol, izomalt, eritritol, D-tagatoză, izomaltuloză, sucraloză sau polidextroză sau cu o combinație a acestora, în cantități care, la consumarea unor astfel de alimente sau băuturi, să nu determine o scădere sub 5,7 a pH-ului plăcii în timpul consumului și pe o durată de până la 30 de minute după consum |  |
| 143 | **Gumă de mestecat fără zahăr** | Guma de mestecat fără zahăr contribuie la menținerea mineralizării dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011.  Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține mestecând, timp de cel puțin 20 de minute, după consumul de mâncare sau băutură. |  |
| 144 | **Gumă de mestecat fără zahăr** | Guma de mestecat fără zahăr contribuie la neutralizarea acizilor din placa dentară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011.  Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține mestecând, timp de cel puțin 20 de minute, după consumul de mâncare sau băutură. |  |
| 145 | **Gumă de mestecat fără zahăr** | Guma de mestecat fără zahăr contribuie la reducerea uscăciunii gurii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011.  Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unei utilizări a gumei de mestecat de fiecare dată când apare senzația de uscăciune a gurii. |  |
| 146 | **Gumă de mestecat fără zahăr cu carbamidă** | Guma de mestecat fără zahăr cu carbamidă neutralizează acizii din placa dentară cu o mai mare eficiență decât gumele de mestecat fără zahăr care nu conțin carbamidă | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru guma de mestecat care este conformă cu condițiile de utilizare pentru mențiunea nutrițională FĂRĂ ZAHĂR, astfel cum sunt enumerate în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011.  Fiecare bucată de gumă de mestecat fără zahăr trebuie să conțină cel puțin 20 mg de carbamidă. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că guma ar trebui mestecată timp de cel puțin 20 de minute după consumul de mâncare sau băuturi. |  |
| 147 | **Tiamină** | Tiamina contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 148 | **Tiamină** | Tiamina contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 149 | **Tiamină** | Tiamina contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 150 | **Tiamină** | Tiamina contribuie la funcționarea normală a inimii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de tiamină, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 152 | **Vitamina A** | Vitamina A contribuie la metabolismul normal al fierului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 153 | **Vitamina A** | Vitamina A contribuie la menținerea sănătății membranelor mucoase | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 154 | **Vitamina A** | Vitamina A contribuie la menținerea sănătății pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 155 | **Vitamina A** | Vitamina A contribuie la menținerea vederii normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 156 | **Vitamina A** | Vitamina A contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 157 | **Vitamina A** | Vitamina A contribuie la procesul de diferențiere celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina A, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 158 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 159 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 160 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la metabolismul normal al homocisteinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 161 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 162 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la formarea normală a globulelor roșii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 163 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 164 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 165 | **Vitamina B12** | Vitamina B12 contribuie la procesul de diviziune celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B12, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 166 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la sinteza normală a cisteinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 167 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 168 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 169 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la metabolismul normal al homocisteinei | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 170 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la metabolismul normal al proteinelor și al glicogenilor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 171 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 172 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la formarea normală a globulelor roșii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 173 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 174 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 175 | **Vitamina B6** | Vitamina B6 contribuie la reglarea activității hormonale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina B6, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 176 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la menținerea funcționării normale a sistemului imunitar în timpul exercițiilor fizice intense și după acestea | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 200 mg de vitamina C. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 200 mg, în plus față de aportul zilnic recomandat de vitamina C. |  |
| 177 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a vaselor de sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 178 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 179 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a ligamentelor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 180 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a gingiilor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 181 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 182 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la formarea normală a colagenului pentru funcționarea normală a dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 183 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la metabolismul energetic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 184 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 185 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la menținerea sănătății psihice | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 186 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 187 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 188 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la reducerea oboselii și extenuării | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 189 | **Vitamina C** | Vitamina C contribuie la regenerarea formei reduse a vitaminei E | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 190 | **Vitamina C** | Vitamina C crește absorbția fierului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina C, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 191 | **Vitamina D** | Vitamina D contribuie la absorbția/utilizarea normală a calciului și fosforului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 192 | **Vitamina D** | Vitamina D contribuie la menținerea concentrațiilor normale de calciu în sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 193 | **Vitamina D** | Vitamina D contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 194 | **Vitamina D** | Vitamina D contribuie la menținerea funcției normale a sistemului muscular | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 195 | **Vitamina D** | Vitamina D contribuie la menținerea sănătății dinților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 196 | **Vitamina D** | Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 197 | **Vitamina D** | Vitamina D participă la procesul de diviziune celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina D, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 198 | **Vitamina E** | Vitamina E contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina E, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 199 | **Vitamina K** | Vitamina K contribuie la coagularea normală a sângelui | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina K, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 200 | **Vitamina K** | Vitamina K contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de vitamina K, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 201 | **Nuci** | Nucile contribuie la îmbunătățirea elasticității vaselor de sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 30 g de nuci. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 30 g de nuci. |  |
| 202 | **Apă** | Apa contribuie la menținerea funcțiilor fizice și cognitive normale | Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că, pentru a se obține efectul menționat, ar trebui să se consume cel puțin 2 litri de apă pe zi, din toate sursele. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru apa care îndeplinește cerințele Directivelor 2009/54/CE și/sau 98/83/CE |
| 203 | **Apă** | Apa contribuie la menținerea reglării normale a temperaturii corpului | Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că, pentru a se obține efectul menționat, ar trebui să se consume cel puțin 2 litri de apă pe zi, din toate sursele. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru apa care îndeplinește cerințele Directivelor 2009/54/CE și/sau 98/83/CE |
| 204 | **Fibre din tărâțele de grâu** | Fibrele conținute în tărâțele de grâu contribuie la accelerarea tranzitului intestinal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. Pentru a putea fi înscrisă, mențiunea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul menționat se obține în condițiile unui consum zilnic de cel puțin 10 g de fibre din tărâțe de grâu. |  |
| 205 | **Fibre din tărâțele de grâu** | Fibrele conținute în tărâțele de grâu contribuie la creșterea volumului bolului fecal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 206 | **Zinc** | Zincul contribuie la metabolismul acido-bazic normal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 207 | **Zinc** | Zincul contribuie la metabolismul normal al carbohidraților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 208 | **Zinc** | Zincul contribuie la funcția cognitivă normală | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 209 | **Zinc** | Zincul contribuie la sinteza normală de ADN | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 210 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea fertilității și reproducerii normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 211 | **Zinc** | Zincul contribuie la metabolismul normal al macronutrienților | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 212 | **Zinc** | Zincul contribuie la metabolismul normal al acizilor grași | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 213 | **Zinc** | Zincul contribuie la metabolismul normal al vitaminei A | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 214 | **Zinc** | Zincul contribuie la sinteza normală a proteinelor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 215 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 216 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea sănătății părului | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 217 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea sănătății unghiilor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 218 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea sănătății pielii | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 219 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea concentrațiilor normale de testosteron din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 220 | **Zinc** | Zincul contribuie la menținerea vederii normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 221 | **Zinc** | Zincul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 222 | **Zinc** | Zincul contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 223 | **Zinc** | Zincul contribuie la procesul de diviziune celulară | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care sunt cel puțin o sursă de zinc, astfel cum apare în mențiunea SURSĂ DE [DENUMIREA VITAMINEI/VITAMINELOR] ȘI/SAU [DENUMIREA MINERALULUI/MINERALELOR], prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 224 | **Glucide** | Glucidele contribuie la recuperarea funcționării normale a mușchilor (contracție) după un exercițiu fizic foarte intens și/sau de lungă durată, care conduce la oboseală musculară și la epuizarea depozitelor de glicogen din mușchiul scheletic. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care furnizează glucide care sunt metabolizate de oameni (cu excepția poliolilor).  Trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile consumului de glucide, din toate sursele, la o doză totală de 4 g per kg de greutate corporală, în doze administrate în primele patru ore și nu mai târziu de șase ore, în urma unui exercițiu fizic foarte intens și/sau de lungă durată, care conduce la oboseală musculară și la epuizarea depozitelor de glicogen din mușchiul scheletic. | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare destinate adulților care au efectuat un exercițiu fizic foarte intens și/sau de lungă durată, care conduce la oboseală musculară și la epuizarea depozitelor de glicogen din mușchiul scheletic. |
| 225 | **Glucide** | Glucidele contribuie la menținerea unei funcții cerebrale normale | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 130 g de glucide din toate sursele.  Mențiunea de sănătate poate fi utilizată pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 20 g de glucide care sunt metabolizate de oameni, cu excepția poliolilor, pe porție cuantificată și care respectă mențiunile nutriționale CONȚINUT REDUS DE ZAHARURI sau FĂRĂ ADAOS DE ZAHARURI, care figurează în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. | Mențiunea nu poate fi folosită pentru produse alimentare care conțin zaharuri în proporție de 100 %. |
| 226 | **Băutură nealcoolică acidă reformulată care conține:**   |  |  | | --- | --- | | **—** | **mai puțin de 1 g de carbohidrați fermentabili per 100 ml (zaharuri și alți carbohidrați, cu excepția poliolilor);** | | **—** | **calciu în intervalul 0,3-0,8 mol per mol de acidifiant;** | | **—** | **pH în intervalul 3,7-4,0.** | | Înlocuirea băuturilor acide cu conținut de zahăr precum băuturile răcoritoare (de obicei 8-12 g zaharuri/100 ml) cu băuturi reformulate contribuie la menținerea mineralizării dinților | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, băuturile acide reformulate trebuie să fie conforme cu descrierea produsului alimentar care face obiectul mențiunii. |  |
| 227 | **Amidon lent digerabil** | Consumul de produse bogate în amidon lent digerabil (în continuare, Slowly digestible starch SDS) determină o creștere mai redusă a concentrației de glucoză din sânge după mese decât consumul de produse cu conținut redus de SDS | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru alimentele în cazul cărora carbohidrații digerabili asigură cel puțin 60 % din aportul energetic total, iar cel puțin 55 % din acești carbohidrați reprezintă amidon digerabil, din care cel puțin 40 % reprezintă SDS. |  |
| 228 | **Flavanoli din cacao** | Flavanolii din cacao ajută la menținerea elasticității vaselor de sânge, contribuind la menținerea unui flux sanguin normal | Consumatorul este informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 200 mg de flavanoli din cacao.  Mențiunea poate fi utilizată numai pentru băuturile care conțin cacao (pudră de cacao) sau pentru ciocolata neagră care presupun un aport zilnic de minimum 200 mg de flavanoli din cacao cu un grad de polimerizare în intervalul 1-10. |  |
| 229 | **Flavanoli din cacao** | Flavanolii din cacao ajută la menținerea elasticității vaselor de sânge, contribuind la menținerea unui flux sanguin normal | Consumatorul este informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 200 mg de flavanoli din cacao.  Mențiunea poate fi utilizată numai pentru băuturile care conțin cacao (pudră de cacao) sau pentru ciocolata neagră care furnizează un aport zilnic de minimum 200 mg de flavanoli din cacao cu un grad de polimerizare în intervalul 1-10 .  Mențiunea poate fi utilizată numai pentru capsulele sau tabletele care conțin un extract de cacao cu un conținut ridicat de flavanoli, care furnizează un aport zilnic de minimum 200 mg de flavanoli din cacao cu un grad de polimerizare în intervalul 1-10 . |  |
| 230 | **Fibrele din sfecla de zahăr** | Fibrele din sfecla de zahăr contribuie la creșterea volumului bolului fecal | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare având un conținut bogat în astfel de fibre, astfel cum apare la mențiunea BOGAT ÎN FIBRE, prevăzută în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 231 | **Alfa-ciclodextrină** | Consumul de alfa-ciclodextrină în cadrul unei mese care conține amidon contribuie la o diminuare a creșterii glicemiei în sânge după masa respectivă | Mențiunea poate fi utilizată pentru produsele alimentare care conțin cel puțin 5 g de alfa-ciclodextrină la 50 g de amidon pe porție măsurată, ca parte a unei mese. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține prin consumarea alfa-ciclodextrinei în cursul mesei. |  |
| 232 | **Acid docosahexaenoic (DHA)** | DHA contribuie la menținerea concentrațiilor normale de trigliceride din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care oferă un aport zilnic de 2 g de DHA și care conțin DHA în combinație cu acid eicosapentaenoic (EPA). Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 2 g de DHA. Când mențiunea este folosită pentru suplimentele alimentare și/sau produsele alimentare îmbogățite, consumatorii trebuie, de asemenea, să fie informați că nu trebuie să depășească un consum zilnic suplimentar cumulat de 5 g de EPA și DHA. | Mențiunea nu este utilizată pentru produsele alimentare destinate copiilo |
| 233 | **Acid docosahexaenoic și acid eicosapentaenoic (DHA/EPA)** | DHA și EPA contribuie la menținerea tensiunii arteriale normale | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 3 g de EPA și DHA. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 3 g de EPA și DHA. Când mențiunea este folosită pentru suplimentele alimentare și/sau produsele alimentare îmbogățite, consumatorii trebuie, de asemenea, să fie informați să nu depășească un consum zilnic suplimentar cumulat de 5 g de EPA și DHA. | Mențiunea nu este utilizată pentru produsele alimentare destinate copi |
| 234 | **Acid docosahexaenoic și acid eicosapentaenoic (DHA/EPA)** | DHA și EPA contribuie la menținerea concentrațiilor normale de trigliceride din sânge | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 2 g de EPA și DHA. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 2 g de EPA și DHA. Când mențiunea este folosită pentru suplimentele alimentare și/sau produsele alimentare îmbogățite, consumatorii trebuie, de asemenea, să fie informați să nu depășească un consum zilnic suplimentar cumulat de 5 g de EPA și DHA. | Mențiunea nu este utilizată pentru produsele alimentare destinate copiilor. |
| 235 | **Prune uscate (*Prunus domestica* L.)** | Prunele uscate contribuie la funcționarea corespunzătoare a intestinelor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de 100 g de prune uscate. Pentru a putea fi utilizată, consumatorii trebuie să fie informați cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 100 g de prune uscate. |  |
| 236 | **Fructoză** | Consumul de alimente care conțin fructoză duce la o creștere mai redusă a glicemiei decât produsele alimentare care conțin zaharoză sau glucoză | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, glucoza și/sau sucroza din produsele alimentare sau băuturile îndulcite ar trebui să fie înlocuită cu fructoză, astfel încât reducerea conținutului de glucoză și/sau sucroză din aceste alimente sau băuturi să fie de cel puțin 30 %. |  |
| 237 | **Inulină nativă din andiv** | Inulina din andivă contribuie la funcționarea normală a intestinului prin creșterea frecvenței defecărilor | Consumatorul trebuie să fie informat cu privire la faptul că efectul benefic se obține în condițiile unui consum zilnic de 12 g de inulină din andivă.  Mențiunea poate fi utilizată doar pentru produsele alimentare care asigură un aport zilnic de cel puțin 12 g de inulină din andivă, un amestec nefracționat de monozaharide (< 10 %), dizaharide, fructani de tip inulină și inulină extrasă din andivă, cu un grad mediu de polimerizare ≥ 9. |  |
| 238 | **Creatină** | Consumul zilnic de creatină poate potența efectul antrenamentului de rezistență asupra forței musculare la adulții cu vârste de peste 55 de ani. | Consumatorii trebuie să fie informați că:   |  |  | | --- | --- | | — | mențiunea este destinată adulților cu vârste de peste 55 de ani, care efectuează cu regularitate antrenamente de rezistență; |  |  |  | | --- | --- | | — | efectul benefic se obține la consumul zilnic de 3 g de creatină în combinație cu un antrenament de rezistență, care permite creșterea în timp a sarcinii de antrenament și care ar trebui efectuat cel puțin de trei ori pe săptămână timp de mai multe săptămâni, la o intensitate de cel puțin 65 %-75 % din sarcina maximă pentru o repetiție.  Sarcina maximă pentru o repetiție este greutatea sau forța maximă pe care o poate exercita o persoană la o singură ridicare.” | | Mențiunea poate fi utilizată numai pentru produse alimentare destinate adulților cu vârste de peste 55 de ani, care efectuează cu regularitate antrenamente de rezistență. |
| 239 | **Lactitol** | Lactitolul contribuie la funcționarea normală a intestinului prin creșterea frecvenței defecărilor | Mențiunea poate fi utilizată doar pentru suplimentele alimentare care conțin 10 g de lactitol administrate într-o porție zilnică unică cuantificată. Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, acesta trebuie să conțină o informație pentru consumatori în care să se precizeze că efectul benefic se obține prin consumul a 10 g de lactitol într-o singură doza zilnică. | Mențiunea nu se utilizează pentru produsele alimentare destinate copiilor. |
| 240 | **Carbohidrați nefermentabili** | Consumul de produse alimentare/băuturi care conțin <denumirea tuturor carbohidraților nefermentabili> în loc de carbohidrați fermentabili contribuie la menținerea mineralizării dinților. | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, carbohidrații fermentabili (1\*\*) ar trebui să fie înlocuiți în produsele alimentare sau în băuturi cu carbohidrați nefermentabili (2\*\*\*) în asemenea cantități încât consumarea unor astfel de produse alimentare sau de băuturi să nu reducă pH-ul plăcii sub valoarea de 5,7 în cursul consumului și în cele 30 de minute de după consum.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | - | Carbohidrații fermentabili sunt definiți ca acei carbohidrați sau amestecuri de carbohidrați, astfel cum sunt consumați din produse alimentare sau din băuturi, care reduc pH-ul plăcii sub valoarea de 5,7, determinată *in vivo*sau *in situ* prin teste de telemetrie a pH-ului plăcii, prin fermentație bacteriană în cursul consumului și în cele 30 de minute de după consum. | | | -- | | Carbohidrații nefermentabili sunt definiți ca acei carbohidrați sau amestecuri de carbohidrați, astfel cum sunt consumați din produse alimentare sau din băuturi, care nu reduc pH-ul, determinat *in vivo*sau *in situ* prin teste de telemetrie a pH-ului plăcii, sub o valoare conservatoare de 5,7 prin fermentație bacteriană în cursul consumului și în cele 30 de minute de după consum. | |  |
| 241 | **Carbohidrați nedigerabili** | Consumul de alimente/băuturi care conțin <denumirea tuturor carbohidraților nedigerabili utilizați> în loc de zaharuri induce o creștere mai mică a glucozei sanguine după consumarea lor în raport cu alimentele băuturile care conțin zaharuri. | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, zaharurile trebuie înlocuite în produsele alimentare sau în băuturi cu carbohidrați nedigerabili, care sunt carbohidrați care nici nu se digeră, nici nu se absorb din intestinul subțire, astfel încât produsele alimentare sau băuturile conțin cantități de zaharuri reduse cu cel puțin cantitatea menționată în mențiunea CONȚINUT REDUS DE [DENUMIREA NUTRIENTULUI], astfel cum figurează în lista din în anexa la Regulamentul sanitar privind mențiunile nutriționale și de sănătate înscrise pe produsele alimentare, aprobat prin Hotărîrea Guvernului nr. 196 din 25 martie 2011. |  |
| 242 | **Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutății** | Substituirea uneia dintre mesele principale zilnice din cadrul unei diete hipocalorice cu un înlocuitor contribuie la menținerea greutății corporale după pierderea în greutate | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, un produs alimentar trebuie să respecte următoarele cerințe:  **1.   Valoare energetică**  Valoarea energetică nu trebuie să fie mai mică de 200 kcal (840 kJ) și nu trebuie să depășească 250 kcal (1 046 kJ) pentru fiecare masă.  **2.   Conținutul de lipide și compoziția**  Energia eliberată de lipide nu trebuie să depășească 30 % din valoarea energetică totală disponibilă a produsului.  Acidul linoleic (sub formă de gliceride) nu trebuie să fie mai puțin de 1 g.  **3.   Conținutul de proteine și compoziția**  Proteinele care intră în compoziția produsului alimentar trebuie să asigure cel puțin 25 % și cel mult 50 % din valoarea energetică totală a produsului.  Indicele chimic al proteinelor trebuie să fie egal cu cel stabilit de Organizația Mondială a Sănătății în „Cerințe privind energia și proteinele”. Raport al unei ședințe comune OMS/FAO/UNU. Geneva: Organizația Mondială a Sănătății, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):  ***Model de cerințe privind aminoacizii (g/100 g proteine)***   |  |  | | --- | --- | | Cistină + metionină | 1,7 | | Histidină | 1,6 | | Izoleucină | 1,3 | | Leucină | 1,9 | | Lizină | 1,6 | | Fenilalanină + tirozină | 1,9 | | Treonină | 0,9 | | Triptofan | 0,5 | | Valină | 1,3 |   Indicele chimic reprezintă cel mai mic raport dintre cantitatea din fiecare aminoacid esențial din proteina testată și cantitatea din fiecare aminoacid corespunzător din proteina de referință.  Dacă indicele chimic este mai mic de 100 % din proteina de referință, nivelurile minime de proteine se măresc corespunzător. În orice caz, indicele chimic al proteinelor trebuie să fie cel puțin egal cu 80 % din cel al proteinei de referință.  În toate cazurile, adăugarea aminoacizilor este permisă doar în scopul îmbunătățirii valorii nutritive a proteinelor și doar în proporțiile necesare atingerii acestui scop.  **4.   Vitamine și minerale**  Produsul alimentar trebuie să asigure cel puțin 30 % din valorile nutriționale de referință pentru vitamine și minerale. Această cerință nu se aplică pentru fluoruri, crom, cloruri și molibden. Cantitatea de sodiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 172,5 mg. Cantitatea de potasiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 500 mg. | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, ea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la importanța unui consum zilnic adecvat de lichide și la faptul că produsele sunt destinate a fi utilizate numai ca parte a unei diete hipocalorice și că, în cadrul unei astfel de diete, acestea ar trebui completate cu alte alimente.  Pentru obținerea efectului menționat, în locul unei mese principale ar trebui să se consume zilnic un înlocuitor. |
| 243 | **Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutății** | Substituirea cu înlocuitori a două mese principale zilnice din cadrul unei diete hipocalorice contribuie la pierderea în greutate | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, un produs alimentar trebuie să respecte următoarele cerințe:  **1.   Valoare energetică**  Valoarea energetică nu trebuie să fie mai mică de 200 kcal (840 kJ) și nu trebuie să depășească 250 kcal (1 046 kJ) pentru fiecare masă.  **2.   Conținutul de lipide și compoziția**  Energia eliberată de lipide nu trebuie să depășească 30 % din valoarea energetică totală disponibilă a produsului.  Acidul linoleic (sub formă de gliceride) nu trebuie să fie mai puțin de 1 g.  **3.   Conținutul de proteine și compoziția**  Proteinele care intră în compoziția produsului alimentar trebuie să asigure cel puțin 25 % și cel mult 50 % din valoarea energetică totală a produsului.  Indicele chimic al proteinelor trebuie să fie egal cu cel stabilit de Organizația Mondială a Sănătății în „Cerințe privind energia și proteinele”. Raport al unei ședințe comune OMS/FAO/UNU. Geneva: Organizația Mondială a Sănătății, 1985 (WHO Technical Report Series, 724):  ***Model de cerințe privind aminoacizii (g/100 g proteine)***   |  |  | | --- | --- | | Cistină + metionină | 1,7 | | Histidină | 1,6 | | Izoleucină | 1,3 | | Leucină | 1,9 | | Lizină | 1,6 | | Fenilalanină + tirozină | 1,9 | | Treonină | 0,9 | | Triptofan | 0,5 | | Valină | 1,3 |   Indicele chimic reprezintă cel mai mic raport dintre cantitatea din fiecare aminoacid esențial din proteina testată și cantitatea din fiecare aminoacid corespunzător din proteina de referință.  Dacă indicele chimic este mai mic de 100 % din proteina de referință, nivelurile minime de proteine se măresc corespunzător. În orice caz, indicele chimic al proteinelor trebuie să fie cel puțin egal cu 80 % din cel al proteinei de referință.  În toate cazurile, adăugarea aminoacizilor este permisă doar în scopul îmbunătățirii valorii nutritive a proteinelor și doar în proporțiile necesare atingerii acestui scop.  **4.   Vitamine și minerale**  Produsul alimentar trebuie să asigure cel puțin 30 % din valorile nutriționale de referință pentru vitamine și minerale. Această cerință nu se aplică pentru fluoruri, crom, cloruri și molibden. Cantitatea de sodiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 172,5 mg. Cantitatea de potasiu pentru fiecare masă furnizată de produsul alimentar trebuie să fie de cel puțin 500 mg. | Pentru ca mențiunea să poată fi utilizată, ea trebuie însoțită de o informare a consumatorului cu privire la importanța unui consum zilnic adecvat de lichide și la faptul că produsele sunt destinate a fi utilizate numai ca parte a unei diete hipocalorice și că, în cadrul unei astfel de diete, acestea ar trebui completate cu alte alimente.  Pentru obținerea efectului menționat, în locul a două mese principale zilnice trebuie să se consume zilnic înlocuitor |
|  |  |  | **Vitamine și minerale**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Vitamina A | (μg RE) | 700 | | Vitamina D | (μg) | 5 | | Vitamina E | (mg) | 10 | | Vitamina C | (mg) | 45 | | Tiamină | (mg) | 1,1 | | Riboflavină | (mg) | 1,6 | | Niacină | (mg-NE) | 18 | | Vitamina B6 | (mg) | 1,5 | | Folat | (μg) | 200 | | Vitamina B12 | (μg) | 1,4 | | Biotină | (μg) | 15 | | Acid pantotenic | (mg) | 3 | | Calciu | (mg) | 700 | | Fosfor | (mg) | 550 | | Fier | (mg) | 16 | | Zinc | (mg) | 9,5 | | Cupru | (mg) | 1,1 | | Iod | (μg) | 130 | | Seleniu | (μg) | 55 | | Sodiu | (mg) | 575 | | Magneziu | (mg) | 150 | | Mangan | (mg) | 1 | |  |