



Persika & mynta - har en rik söt smak av persika och doft av mynta.



## Märkning av färdigförpackade livsmedel





Den som säljer färdigförpackade livsmedel ansvarar för att märkningen är korrekt och inte vilseleder konsumenten. Det yttersta ansvaret har den som utformar märkningen. Även den som köper in och säljer vidare färdigförpackade livsmedel har ett ansvar för att livsmedel är rätt märkta. Man får inte sälja livsmedel vidare om man vet att de är felmärkta.

### Ta reda på vilka regler som gäller

#### Reglerna är till för att skydda konsumenten

Det finns två huvudsyften med livsmedelslagstiftningen:

- att skydda konsumenten från livsmedel som är otjänliga eller skadliga för hälsan *och*
- att märkningen ska ge konsumenten tillräcklig information för att han eller hon ska kunna göra egna och säkra val. Märkning, reklam och presentation av livsmedel får inte vilseleda konsumenten.

Reglerna ska också underlätta för den fria rörligheten på den inre EU-marknaden.

Det här gäller för alla livsmedelsföretag:

- **Ansvar**  
Du som företagare ansvarar för de livsmedel som du tillverkar, transporterar, lagrar eller säljer.
- **Spårbarhet**  
Det ska gå snabbt att identifiera en leverantör och ett parti.
- **Öppenhet**  
Du ska omedelbart informera behöriga myndigheter och konsumenter om det finns anledning att misstänka att ett livsmedel inte är säkert.
- **Förebyggande**  
Du ska regelbundet se över kritiska punkter i din verksamhet
- **Kontroll**  
Du ska se till att verksamheten uppfyller målen i lagstiftningen.



## Märkningen ger konsumenten viktig information

Märkningsreglerna är till för att konsumenten lättare ska kunna göra medvetna val av livsmedel.

### Hur ska man märka?

Den 13 december 2014 ska förordning (EU) nr 1169/2011 om tillhandahållande av livsmedelsinformation till konsument (den så kallade informationsförordningen) börja tillämpas. Hänvisningar i denna broschyr till artiklar och bilagor ingår i informationsförordningen – om inget annat anges.

Märkning är en typ av livsmedelsinformation som ingår i informationsförordningen. Därutöver finns andra bestämmelser om märkning i annan lagstiftning. Exempelvis finns det särskilda märkningskrav för kosttillskott, kakao och chokladvaror, honung, olivolja, juice och nektar, naturligt mineralvatten och källvatten och produkter som speciellt vänder sig till överkänsliga konsumenter.

Det finns även regler som styr viss information på färdigförpackade livsmedel, till exempel påståenden om att livsmedlet är nyttigt eller hälsosamt och Nyckelhället®. En fullständig och aktuell lista över lagstiftningen hittar du på Livsmedelsverkets webbplats.

### Vad är ett färdigförpackat livsmedel?

Ett färdigförpackat livsmedel är ett livsmedel som placerades i en förpackning innan det nådde konsumenten. Förpackningen ska täcka livsmedlet helt eller delvis. Det ska inte gå att ändra innehållet, utan att förpackningen öppnas eller ändras. Livsmedel, som förpackas i direkt anslutning till försäljningstillfället, till exempel ost som paketeras på kundens begäran och säljs över disk, räknas däremot inte som färdigförpackade. Inte heller livsmedel, som är färdigförpackade för direktförsäljning, räknas som färdigförpackade livsmedel. Se även artikel 2 punkt 2 e.

### Märkningen ska vara på svenska, lätt att läsa och förstå

Huvudregeln är att märkningen ska vara på svenska, men det går bra att använda annat språk för vissa märkningsuppgifter om skillnaden i stavning är obetydlig.

Exempel: "öl" och "øl" eller "bär" och "bær".

Reglerna säger också att de obligatoriska märkningsuppgifterna ska vara klart läsbara och inte skymmas av annan text eller bilder. För att öka läsbarheten finns ett

## TECKENSTORLEK LÄSBARHET

Så här stor ska texten minst vara på stora förpackningar

Så här stor ska texten minst vara på små förpackningar

krav på en minsta tillåten teckenstorlek om 1,2 mm på stora och 0,9 mm på små förpackningar (artikel 12). Med små förpackningar menas sådana vars största yta är mindre än 80 cm<sup>2</sup>. Vid mätning av teckenstorleken ska man utgå från ett litet x. I bilaga IV definieras x-storleken.

### Märkningen får inte vilseleda

Informationen får inte vilseleda konsumenten. Framför allt inte med avseende på identitet, egenskaper, sammansättning, kvantitet, hållbarhet, ursprung eller produktionsmetod. Man får heller inte ange att ett livsmedel har egenskaper som det inte har.

Det är inte tillåtet att ange att ett livsmedel har speciella egenskaper, när i själva verket alla andra liknande livs-

medel har sådana egenskaper. Man får exempelvis inte framhäva att ett livsmedel innehåller en ingrediens som ingår i alla livsmedel av liknande slag. Se även artikel 7.

Det kan vara vilseledande att påstå att ett livsmedel är fritt från en ingrediens som normalt inte ingår i en viss kategori av livsmedel.

**Exempel: det kan anses vilseledande att ange "fri från konserveringsmedel" i märkningen på en djupfryst färdigrätt, eftersom ingrediensen normalt inte ingår i denna kategori av livsmedel.**

Om en ingrediens, som normalt används eller ingår naturligt i ett livsmedel, byts ut mot en annan ingrediens måste detta klart och tydligt framgå. Se bilaga VI punkt 4.



## NÄR DU SKA BESTÄMMA LIVSMEDLETS BETECKNING

1. Börja med att ta reda på om det finns en beteckning du måste använda enligt EU-gemensamma eller nationella regler. Mer information finns på [Livsmedelverkets webbplats](#). Några exempel är sylt, marmelad, juice, honung och olivolja.
2. Finns inte en fastställd beteckning tar du ställning till om livsmedlet skulle kunna ha en beteckning som är allmänt vedertagen. Med allmänt vedertagen beteckning menas något som de flesta konsumenterna känner till.
3. I tredje hand får du själv beskriva livsmedlet med en beskrivande beteckning. Det är det vanligaste sättet. Tänk på att beskrivningen ska vara utformad så att den beskriver livsmedlet så rättvisande som möjligt.

# Vilka uppgifter ska finnas på förpackningen?

Beroende på vilken typ av livsmedel du vill sälja finns krav på att alla eller vissa av märkningsuppgifterna nedan anges. Livsmedlets nettokvantitet och alkoholkhalt ska anges i samma synfält som beteckningen.

**Beteckning** (artikel 9, 17 och bilaga VI), det vill säga livsmedlets namn ska finnas med i märkningen på förpackningen. Livsmedlets varumärke eller fantasinamn får inte ersätta beteckningen

**Exempel på en beteckning:** "kanelbullar"

**Exempel på ett fantasinamn:** "kalasknyten"

Beteckningen ska ge en tydlig beskrivning av livsmedlet och inte vilseleda konsumenten. Exempel på när en beteckning kan vara vilseledande är om en ingrediens framhävs, utan att ingå i större mängd eller ge livsmedlet viss karaktär. Ibland behöver man i anslutning till beteckningen ange hur livsmedlet har behandlats för att konsumenten ska kunna föreställa sig varan, till exempel "kokt skinka".

I vissa fall ska ytterligare uppgifter anges direkt efter eller i närheten av livsmedlets beteckning. Se bilaga VI.

**Exempel:** beteckningen för ett livsmedel som varit nedfryst, men säljs upptinat ska åtföljas av uppgiften "upptinat".

**Ingrediensförteckning** (artikel 9, 18 och bilaga VII) ska finnas i de flesta fall när livsmedlet innehåller mer än en

ingrediens. Vissa undantag finns (se artikel 19). Beteckningen för en ingrediens ska också anges enligt bestämmelserna i artikel 17 och bilaga VI.

Ingredienserna ska anges i fallande storleksordning efter vikt, det vill säga den ingrediens som väger mest vid framställningstidpunkten ska anges, först. Som huvudregel ska alla ingredienser anges. Även ingredienserna i en sammansatt ingrediens ska anges. I vissa fall kan man använda en kategoribeteckning.

**Exempel:** "krydda", "kryddor" eller "kryddblandning" får användas som kategoribeteckning för kryddor som inte överstiger två procent av livsmedlets vikt. Se även bilaga VII, del B.

**Observera!** En kategoribeteckning får aldrig användas utan att det tydligt framgår om någon av de ingående ingredienserna är eller kommer från en allergen. Läs mer under rubriken "Särskilt om allergener".

Förteckningens överskrift ska innehålla ordet ingrediens.

**Exempel:** "Ingredienser: potatismjöl, socker.....".

Sammansatta ingredienser, det vill säga ingredienser som i sin tur består av flera ingredienser, får anges med en fastställd beteckning, enligt lag, eller en allmänt vedertagen beteckning, följt av en uppräkningslista av ingredienserna som ingår. Om en fastställd eller allmänt

vedertagen beteckning saknas måste varje ingrediens anges i fallande ordning efter vikt, så som de hamnar i det sammansatta livsmedlet.

Vegetabiliska oljor och fetter får grupperas tillsammans i ingrediensförteckningen under benämningen ”vegetabiliska oljor” eller ”vegetabiliska fetter”. Direkt där efter ska det stå vilket specifikt vegetabiliska ursprung fettet eller oljan har. Uppgiften får kompletteras med upplysningen ”i varierande proportion”.

**Exempel:** vegetabiliska oljor (från raps och majs i varierande proportion).

Det ska även för varje olja framgå om den är ”fullhärdad” eller ”delvis härdad”. Detsamma gäller för vegetabiliska fetter.

#### Särskilt om allergener

Ämnen, som räknas upp i bilaga II, är sådana som kan orsaka allergi (allergener) eller överkänslighetsreaktion hos den som är allergisk eller överkänslig. Dessa ämnen ska alltid anges, trots eventuella undantag, och **framhävas** i ingrediensförteckningen. Exempel på framhävmått är annat typsnitt, stil eller bakgrundsfärg. Se även artikel 21. Kravet gäller också ingredienser och ämnen som används vid tillverkningen av ett livsmedel, till exempel tillsatser, processhjälpmedel, aromer eller enzymer, som har utvunnits ur något av allergenerna.

**Exempel:** om modifierad stärkelse har sitt ursprung från vete ska detta framgå. Det går exempelvis att skriva ”modifierad vetestärkelse” eller ”modifierad stärkelse (från vete)”.

Läs om hur tillsatser ska anges i ingrediensförteckningen under avsnittet ”Om livsmedelstillsatser, enzymer eller aromer ingår”.

**Mängdangivelse för ingredienser** (artikel 9, 22 och bilaga VIII) krävs om:

- ingrediensen eller kategorin av ingredienser ingår i beteckningen och är avgörande för konsumentens val,  
**Exempel:** Om beteckningen är ”blåbärspaj” ska blåbärs mängden anges.
- ingrediensen eller kategorin av ingredienser vanligtvis förknippas med beteckningen utan att ingå i beteckningen,  
**Exempel:** Om beteckningen är ”skagenröra” ska mängden räkor anges, eftersom det är underförstått att räkor ingår.
- ingrediensen särskilt framhävs i märkningen (till exempel med en bild) *eller*
- det är nödvändigt för att livsmedlet inte ska förväxlas med ett annat livsmedel.

Vissa undantag från krav på mängdangivelse finns i bilaga VIII.





Mängdangivelse kan anges antingen intill beteckningen eller i ingrediensförteckningen i anslutning till den aktuella ingrediensen. Mängden ska i de flesta fall anges i procent.

**Nettokvantitet** (artikel 9, 23 och bilaga IX) ska anges på de flesta färdigförpackade livsmedel. Hur nettokvantiteten ska anges beror på livsmedlets form. Flytande livsmedel ska anges i volym och övriga livsmedel i viktenhet.

**Bäst före-dag eller sista förbrukningsdag** (artikel 9, 24 och bilaga X) ska anges på alla färdigförpackade livsmedel, med undantag av de produkter som räknas upp i bilaga X. I bilaga X står det även hur datumet ska anges. Uppgift om sista förbrukningsdag ska anges för livsmedel som lätt kan bli förstörda av mikroorganismer (till exempel bakterier) och som därför efter en kort period skulle kunna utgöra en omedelbar fara för människors hälsa.

**Speciella anvisningar för förvaring eller användning** (artikel 9 och 25) ska finnas med i märkningen, om uppgiften är nödvändig för att konsumenten ska kunna förvara livsmedlet på rätt sätt. Uppgift om förvaringsvillkor, och/eller om när livsmedlet senast bör förbrukas efter att en förpackning har öppnats, ska anges i vissa fall.

**Exempel:** För ett livsmedel med lång hållbarhet i oöppnad förpackning, men där hållbarheten förkortas när förpackningen öppnas, ska det i märkningen finnas uppgift om förvaringsvillkor och uppgift om när livsmedlet senast bör förbrukas.

För livsmedel där hållbarheten inte förändras väsentligt efter att förpackningen brutits, under förutsättning att livsmedlet förvaras under särskilda förhållanden, är det tillräckligt att ange förvaringsvillkor.

**Kontaktuppgifter** (artikel 8.1 och 9.1.h) ska anges till livsmedelsföretaget, som ansvarar för livsmedelsinformationen. Detta är under förutsättning att företaget är etablerat inom den Europeiska unionen. I annat fall ska uppgifterna anges till den företagare som importerar livsmedlet till unionen. Kontaktuppgift ska innehålla namn eller firmanamn. Dessutom ska något av följande anges: adress, telefonnummer eller webbadress.

**Ursprungsmärkning** (artikel 9 och 26) krävs för vissa livsmedel, som exempelvis nöt- och kalvkött, fisk, honung och olivolja. Från och med den 1 april 2015 blir det obligatoriskt att ange ursprung även för kött från får, gris, get och fjäderfä. För de allra flesta livsmedel är ursprungsangivelse endast obligatoriskt när det är nödvändigt för att konsumenten inte ska bli vilseledd.

**Exempel:** om det finns en bild på förpackningen som ger intryck av att produkten är tillverkad i Sverige, trots att varan kommer från Danmark, bör produktens ursprung anges.

EU-kommissionen ska ta fram ytterligare bestämmelser om ursprungsmärkning för den primära ingrediensen i ett livsmedel om den har annat ursprung än livsmedlet som helhet. Med primär ingrediens menas en eller flera



ingredienser som utgör mer än 50 procent av livsmedlet eller som konsumenten vanligtvis förknippar med livsmedlets beteckning, se artikel 2.2 q.

**Bruksanvisning** (artikel 9 och 27) ska finnas med i märkningen, om det är nödvändigt med en sådan för att konsumenten ska förstå hur livsmedlet ska användas. Exempel på bruksanvisningar är hur saft ska spädas eller hur djupfryst fisk ska tinas.

**Verklig alkoholhalt** (artikel 9, 28 och bilaga XII) ska anges för drycker där alkoholhalten överstiger 1,2 volymprocent. Alkoholhalten ska anges med högst en decimal och följas av angivelsen ”% vol”. Framför uppgiften ska det stå ”alkohol” eller förkortningen ”alk”.

**Näringsdeklarationen** (artikel 16, 29–35, bilaga V, XIII, XIV och XV) beskriver hur mycket energi och näringsämnen livsmedlet innehåller. Från och med den 13 december 2016 blir det obligatoriskt med en näringsdeklaration på alla färdigförpackade livsmedel utom för:

- mycket små förpackningar, det vill säga de vars största yta är mindre än 25 cm<sup>2</sup>,
- livsmedel, som förtecknas i bilaga V, och
- drycker med mer än 1,2 volymprocent alkohol.

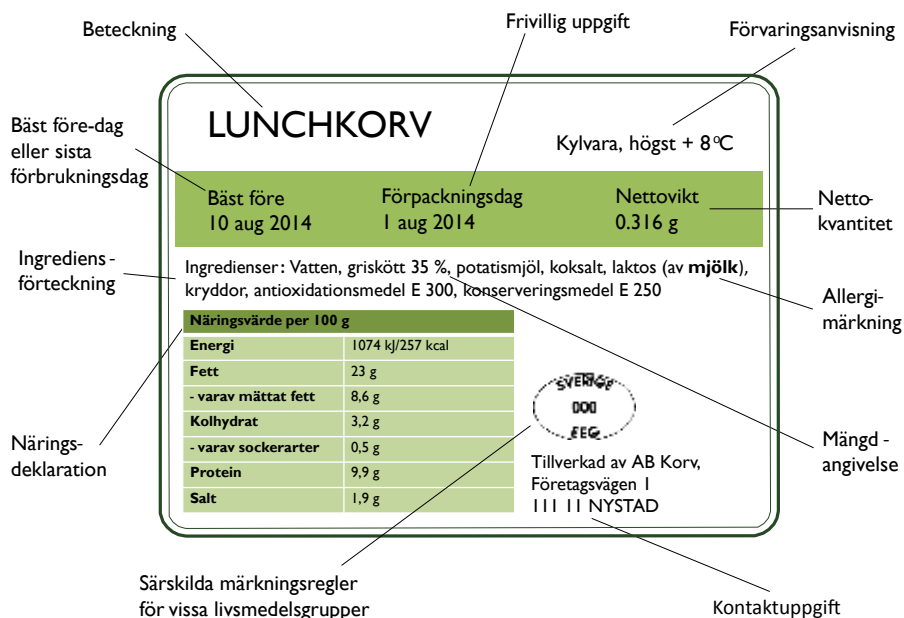
Om märkningen innehåller en näringsdeklaration idag måste den, från och med den 13 december 2014, uppfylla kraven i informationsförordningen. Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 1993:21) om näringsvärdesdeklaration upphör att gälla samma datum.

#### Obligatoriska uppgifter i näringsdeklarationen

I artikel 30–35 står det om hur näringsdeklarationen ska utformas. Näringsdeklarationen ska ge information om energi, fett, mättat fett, kolhydrater, sockerarter, protein och salt. För definitioner, se bilaga I.

I bilaga XV finns bestämmelser om hur näringsdeklarationens ska ställas upp och vilka enheter som ska anges. Näringsdeklarationen får inte kompletteras med ytterligare uppgifter eller skrivas i annan ordning än den som beskrivs i förordningen.

Energivärdet och mängden näringsämnen ska anges per 100 gram eller per 100 ml men får, utöver detta, uttryckas per portion. I sådana fall krävs att det i närheten av näringsdeklarationen anges vilken portionsstorlek eller konsumtionsenhet som används samt hur många portioner som ingår.



De värden som anges i näringsdeklarationen ska vara genomsnittsvärden som kan grunda sig på:

- a) tillverkarens analys av livsmedlet,
- b) en beräkning baserad på de kända eller faktiska genomsnittsvärdena för de ingredienser som används, eller
- c) en beräkning baserad på allmänt fastställda och godtagbara uppgifter.

Oftast kan värdena beräknas utifrån fastställda uppgifter. Livsmedelsverkets [näringssdatabas](#) kan i vissa fall användas som underlag vid beräkning.

#### Frivilliga uppgifter i näringsdeklarationen

Uppgift om mängd av ett antal näringsämnen får anges frivilligt, nämligen; enkelomättat fett, fleromättat fett, polyoler, stärkelse, fiber och de vitaminer och mineraler som räknas upp i bilaga XIII.

Innehållet av vitaminer och mineraler ska dessutom anges i procent av referensintaget enligt tabellen i bilaga XIII del A punkt 1. Det anges inte vilken förkortning som kan användas. Om man exempelvis vill förkorta dagligt referensintag med "DRI" eller "RI" så måste förkortningen förklaras på något ställe i märkningen.

Dessutom gäller att vitaminer och mineraler endast får anges om de förekommer i betydande mängd, vilket är:

- 7,5 procent av referensintaget för drycker per 100 ml och
- 15 procent av referensintaget för andra livsmedel än drycker per 100 gram eller 100 ml eller per portion om förpackningen endast innehåller en portion.

**Ytterligare uppgifter** (artikel 10 och bilaga III) som är obligatoriska för vissa typer eller kategorier av livsmedel finns i bilaga III. Exempelvis ska det finnas särskild information om koffeininnehåll och koffeinhalt i märkningen av livsmedel som innehåller koffein.

**Frivilliga information** (artikel 36) får inte vara vilseledande, tvetydig eller förvillande för konsumenten. När så är lämpligt ska informationen vara grundad på relevanta vetenskapliga uppgifter.

**Identifikationsmärkning för livsmedelspartier** ska med några få undantag finnas med i märkningen på färdigförpackade livsmedel som saknar märkning med bäst-föredatum eller sista förbrukningsdag.

Bestämmelserna finns i en nationell föreskrift som heter Livsmedelsverkets föreskrifter och allmänna råd (SLVFS 1993:20) om identifikationsmärkning av livsmedelspartier. Märkningen är till för att det ska gå att spåra till vilket parti ett livsmedel tillhör. Det är producenten, tillverkaren, packaren eller säljaren som ansvarar för att bestämma vilket identifikationsnummer som ska användas och att märka livsmedlet. Framför numret ska bokstaven L skrivas.

#### Livsmedelstillsatser, enzymer eller aromer

Livsmedelstillsatser, enzymer och aromer ska anges i ingrediensförteckningen på ett bestämt sätt.

#### Livsmedelstillsatser och enzymer

Livsmedelstillsatser ska anges i ingrediensförteckningen med ett *funktionsnamn*, som talar om varför tillsatsen används. Exempel på funktionsnamn är sötningsmedel,





färgämne och stabiliseringsmedel. De funktionsnamn som får användas i märkningen finns i bilaga VII, del C. Efter funktionsnamnet ska tillsatsens E-nummer eller namn stå. Läs mer i Livsmedelverkets [vägledning om livsmedelstillsatser](#). Livsmedelsenzym ska anges på samma sätt som livsmedelstillsatser i märkningen.

### Sötningsmedel

Särskilda bestämmelser om hur sötningsmedel ska anges i märkningen finns i bilaga III. Livsmedel som innehåller sötningsmedel ska märkas med ”innehåller sötningsmedel”. Om livsmedlet innehåller mer än 10 procent sockeralkoholer ska dessutom uppgiften ”överdriven konsumtion kan ha laxerande effekt” finnas med i märkningen. Livsmedel som innehåller aspartam ska märkas med:

- ”innehåller aspartam (en källa till fenylalanin)” när det finns en hänvisning till E-nummer i ingrediensförteckningen *eller*
- ”innehåller en källa till fenylalanin” när aspartam anges i ingrediensförteckningen.

Uppgiften är viktig för personer med sjukdomen fenylketonuri (PKU) som inte kan bryta ner fenylalanin, vilken ingår i aspartam.

### Aromer och rökaromer

Hur aromer och rökaromer ska anges i märkningen framgår av bilaga VII, del D. Aromer ska anges i ingrediensförteckningen som ”arom(er)” eller med en mer specifik beteckning eller beskrivning.

*Exempel:* ”bananarom”.

Rökaromer ska anges som ”rökarom(er)” *eller* ”rökarom(er) framställd av” följt av aktuellt livsmedel eller material som rökaromen framställts från.

*Exempel:* ”rökarom framställd av ek”.

Om kinin eller koffein används måste detta alltid anges efter ordet ”arom”.

### LÄS MER

På Livsmedelverkets webbplats  
[www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se)

## LÄS MER

Mer lagstiftning som bland annat rör märkning av olika slags livsmedel hittar du på Livsmedelsverkets webbplats [www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se)

### Informationsförordningen

- På Livsmedelsverkets webbplats
- På EU-kommissionens webbplats
- Frågor och svar om tillämpningen av förordning (EU) nr 1169/2011 om tillhandahållande av livsmedelsinformation till konsumenterna

### Grundläggande lagstiftning om märkning

- Förordning (EU) nr 1169/2011 om tillhandahållande av livsmedelsinformation till konsumenterna
- Förordning (EU) nr 1337/2013 om angivande av ursprungsland eller härkomstplats för färskt, kylt eller fryst kött av svin, får, get och fjäderfä
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2004:27) om märkning och presentation av livsmedel (upphävs 13 december 2014)
- Livsmedelsverkets föreskrifter och allmänna råd (SLVFS 1993:20) om identifikationsmärkning av livsmedelspartier

### Exempel på lagstiftning som styr viss frivillig information på livsmedel

- Förordning (EG) nr 1924/2006 om närings- och hälsopåståenden om livsmedel
- Förordning (EG) nr 834/2007 om ekologisk produktion och märkning av ekologiska produkter
- Förordning (EG) nr 889/2008 om tillämpningsföreskrifter för förordning 834/2007
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2005:9) om användning av viss symbol (nyckelhålet)

### Exempel på lagstiftning om märkning av vissa livsmedel

- Förordning (EG) nr 1019/2002 om saluföringsnormer för olivolja
- Förordning (EG) nr 41/2009 om sammansättning och märkning av livsmedel som är lämpliga för personer med glutenintolerans
- Förordning (EU) nr 609/2013 om livsmedel avsedda för spädbarn och småbarn, speciella medicinska ändamål och kostersättning för viktkontroll
- Förordning (EU) nr 1308/2013 om en samlad marknadsordning för jordbruksprodukter (här finns bl.a. regler om vad som får benämnas smör, margarin, mjölk, yoghurt, fil, ost, olivolja, vin m.m.)
- Förordning (EU) nr 1397/2013 om den gemensamma marknadsordningen för fiskeri- och vattenbruksprodukter
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:45) om naturligt mineralvatten och källvatten.
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:9) om kosttillskott
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:13) om kakao och chokladvaror
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:17) om sylt, gelé och marmelad
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:18) om juice och nektar
- Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2003:39) om mjölk och ost



**LIVSMEDELS  
VERKET**