



## التعليمات الفنية الإلزامية Technical Regulation

رقم 2015/50

## التصريحات التغذوية والصحية Nutrition and Health Claims

هذه الوثيقة هي طبعة مدمجة صدرت بتاريخ 2024\5\27 حيث تم من خلالها ادماج مواد التعليمات الفنية الإلزامية 113-2024 الخاصة بتعديل التعليمات الفنية الإلزامية 50-2015 الخاصة بالتصريحات التغذوية والصحية. وتم إعتقاد وزارة الصحة جهة مختصة بالرقابة على تطبيق و انفاذ هذه التعليمات وفق القرار الصادر عن مجلس الوزراء رقم (18/15/10 م.و.م/ا) لعام 2021. لا تحل هذه الوثيقة محل التعليمات الفنية الإلزامية الاصلية الصادرة عن الوزراء المختصين ولكنها للتسهيل على ذوي العلاقة فهم الوضع الجديد للتعليمات 50-2015 بعد ان تم تعديلها من قبل التعليمات الفنية الإلزامية 113-2024.



## مقدمة:

إن العمل على تحقيق الأهداف المشروعة كالحفاظ على الأمن الوطني وحماية الإنسان أو الحيوان أو النبات أو البيئة أو لعوامل مناخية أو جغرافية أو مشاكل في البنية التحتية أو لتلبية حاجات فلسطين المالية أو التنموية أو التجارية، على أن لا تقيد التجارة إلا بالقدر اللازم لتحقيق هذه الأهداف أو توفير مستوى الحماية المطلوب وذلك من خلال إنفاذ التعليمات الفنية الإلزامية.

وفقاً للمادة (1) من قانون المواصفات والمقاييس الفلسطينية رقم (6) لسنة 2000م وتعديلاته، تعرف "التعليمات الفنية الإلزامية على أنها: الوثيقة التي تحدد خصائص المنتجات أو العمليات المرتبطة بها والتي يكون الإلتزام بها إجبارياً، كما يمكن أن تتضمن أو تتناول المصطلحات الفنية أو الرموز أو التغليف، أو تحديد السمات المميزة، أو متطلبات إعداد بطاقة البيان بما ينطبق على المنتج، أو طريقة الإنتاج".

ونصت المادة (17) من قانون المواصفات والمقاييس الفلسطينية رقم (6) لسنة 2000م وتعديلاته، ما يلي:  
" 1- لا يجوز استيراد أية سلعة أو مادة وإدخالها إلى فلسطين أو إنتاجها فيها ما لم تكن مطابقة لمتطلبات المواصفة المحددة في التعليمات الفنية الإلزامية لتلك السلعة.

2- يترتب على الوزارات والدوائر الحكومية والمؤسسات الرسمية العامة ومجالس الهيئات المحلية التقيد في أعمالها ومشاريعها ووثائق العطاءات الخاصة بها ومشترياتها من السلع والمواد والخدمات بالمواصفات والمقاييس الفلسطينية كحد أدنى لجودتها.  
3- على أصحاب المصانع القائمة التقيد بالتعليمات الفنية الإلزامية للسلع والمواد التي تنتج في مصانعهم وفي جميع الأعمال والمواد التي يستخدمونها، ويمنع الإدعاء أو الإعلان أو كتابة عبارة "مطابق للمواصفات والمقاييس الفلسطينية"، على بطاقة البيان لأي سلعة أو استخدام هذه العبارة في أي مجال إلا بموافقة خطية من المؤسسة".

هذه الوثيقة هي طبعة مدمجة صدرت بتاريخ 2024\5\27 حيث تم من خلالها دماج مواد التعليمات الفنية الإلزامية 113-2024 الخاصة بتعديل التعليمات الفنية الإلزامية 50-2015 الخاصة بالتصريحات التغذوية والصحية. وتم اعتماد وزارة الصحة جهة مختصة بالرقابة على تطبيق و انفاذ هذه التعليمات وفق القرار الصادر عن مجلس الوزراء رقم (10/15/18/م.و.م.ا) لعام 2021. لا تحل هذه الوثيقة محل التعليمات الفنية الإلزامية الاصلية الصادرة عن الوزراء المختصين ولكنها للتسهيل على ذوي العلاقة فهم الوضع الجديد للتعليمات 50-2015 بعد ان تم تعديلها من قبل التعليمات الفنية الإلزامية 113-2024.

ويكون الإلتزام بتطبيق التعليمات الفنية الإلزامية من تاريخ السريان الخاص به.



## المحتويات

1	الفصل الاول الموضوع والمجال والتعريفات
1	مادة (1) الموضوع والمجال
2	مادة (2) التعريفات
4	الفصل الثاني المبادئ العامة
4	مادة (3) المبادئ العامة السارية على جميع التصريحات
5	مادة (4) شروط استخدام التصريحات التغذوية والصحية
5	مادة (5) شروط عامة
5	مادة (6) الاثبات العلمي للتصريحات
6	مادة (7) المعلومات التغذوية
6	الفصل الثالث التصريحات التغذوية
6	مادة (8) الشروط المحددة
6	مادة (9) التصريحات المقارنة
7	الفصل الرابع التصريحات الصحية
7	مادة (10) الشروط المحددة
7	مادة (11) القيود المفروضة على استخدام تصريحات صحية معينة
7	مادة (12) التصريحات الصحية التي تشير الى تخفيض خطورة مرض وصحة ونمو الأطفال
8	مادة (13) التصريحات الصحية الأخرى
8	الفصل الخامس أحكام عامة ونهائية
8	مادة (14) المراقبة
8	مادة (15) بدء السريان
8	مادة (16) تفسير النصوص
8	مادة (17) ازالة التعارض
9	ملحق (1) التصريحات التغذوية والشروط السارية عليها

ملحق (2) التصريحات الصحية المصرح بها والتي تشير الى تخفيض خطورة مرض وصحة ونمو الأطفال  
وشروط استخدامها 14

ملحق (3) التصريحات الصحية الأخرى المصرح بها وشروط استخدامها 18

# التعليمات الفنية الإلزامية 50-2015

## التصريحات التغذوية والصحية

(2015\4\9)

(طبعة مدمجة في 27\5\2024)(\*)

### الفصل الاول

### الموضوع والمجال والتعريفات

#### مادة (1)

#### الموضوع والمجال

- 1-1 تحدد هذه التعليمات الفنية الإلزامية (التعليمات) الشروط المتعلقة بالتصريحات التغذوية والصحية من أجل ضمان توفير مستوى عالٍ من الحماية للمستهلكين.
- 2-1 تسري هذه التعليمات على التصريحات التغذوية والصحية ضمن الرسائل التجارية سواء كانت واردة في بيان الأغذية المعدة لتوصيلها كما هي للمستهلك النهائي أو في عرضها أو في الاعلان عنها. لا تسري المادة (7) والفقرات (أ) و (ب) من البند (10-2) على ما يلي:
- المواد الغذائية غير المعبأة مسبقا (بما في ذلك المنتجات الطازجة مثل الفاكهة والخضار أو الخبز) والمهيأة لبيعها الى المستهلك النهائي أو الى متعهدي الطعام الجماعي.
  - المواد الغذائية المعبأة عند مكان البيع بناء على طلب المشتري أو المعبأة مسبقا بهدف البيع الفوري.
- تسري هذه التعليمات ايضا بما يتعلق بالأغذية المعدة لتوريدها الى المطاعم والمستشفيات والمدارس والمقاصف وما شابهها من متعهدي الطعام الجماعي.
- 3-1 في حال ظهور علامة تجارية مسجلة أو اسم تجاري مسجل أو اسم لامع في بيان غذاء ما او في عرضه أو في الاعلان عنه توجي بتصريح تغذوي أو صحي، فيسمح باستخدامها بشرط ان تكون

(\*) هذه الوثيقة هي طبعة مدمجة صدرت بتاريخ 27\5\2024 تم من خلالها ادماج مواد التعليمات الفنية الإلزامية 113-2024 الخاصة بتعديل التعليمات الفنية الإلزامية 50-2015 الخاصة في التصريحات التغذوية والصحية في التعليمات الفنية الإلزامية 50-2015 الخاصة في التصريحات التغذوية والصحية. لا تحل هذه الوثيقة محل التعليمات الفنية الإلزامية الاصلية الصادرة عن الوزراء المختصين ولكنها للتسهيل على ذوي العلاقة فهم الوضع الجديد للتعليمات 50-2015 بعد ان تم تعديلها من قبل التعليمات الفنية الإلزامية 113-2024.

مصحوبة بتصريح تغذوي أو صحي ذو علاقة بذلك البيان أو العرض أو الاعلان وفيها اشتراطات هذه التعليمات.

4-1 تسري هذه التعليمات دون الاخلال بالتعليمات التالية:

- (أ) التعليمات الفنية الالزامية 36-2012 الخاصة بالمواد الغذائية المعدة لأستخدامات تغذوية خاصة وما صدر بموجبها من تعليمات فنية الزامية اخرى.
- (ب) التعليمات الفنية الالزامية 91-2021 الخاصة بالمياه المعدنية الطبيعية.
- (ت) التعليمات الفنية الالزامية 108-2023 الخاصة بالمياه المعدة للاستهلاك الأدمي.
- (ث) التعليمات الفنية الالزامية 45-2014 الخاصة بالمكملات الغذائية.

## مادة (2)

### التعريفات

تسري التعريفات التالية في هذه التعليمات:

- (أ) الغذاء: أي مادة أو منتج سواء كان مصنعا أو غير مصنع أو غير مكتمل التصنيع، معد أو متوقع منطقيا بأن يتم ابتلاعه من قبل الانسان. ويشمل الغذاء المشروبات وعلكة المضغ وأي مادة بما فيها الماء تم ادراجها عن قصد في الغذاء خلال تصنيعه او تجهيزه او معاملته، ولا يشمل التالي:
- الاعلاف.
  - الحيوانات الحية الا اذا كانت معدة لطرحها في السوق للاستهلاك الأدمي.
  - النباتات قبل حصادها.
  - المنتجات الدوائية حسب تعريفها الوارد في التعليمات الفنية الالزامية 45-2014 الخاصة بالمكملات الغذائية.
  - مواد التجميل حسب تعريفها في التعليمات الخاصة بها.
  - التبغ ومنتجاته حسب تعريفها الوارد في التشريعات السارية.
  - المواد المسببة للادمان حسب تعريفها الوارد في معاهدة الامم المتحدة حول المستحضرات الادمانية لسنة 1961 والمواد المؤثرة في الاحساس والمشاعر والسلوك حسب تعريفها الوارد في معاهدة الامم المتحدة حول المواد المؤثرة في الاحساس والمشاعر والسلوك لسنة 1971.
  - المتبقيات والملوثات.
- (ب) المشتغل: الشخصية الطبيعية أو الاعتبارية المسؤولة عن ضمان تلبية المتطلبات الواردة في التشريعات الغذائية ضمن العمل الغذائي الواقع تحت مسؤوليتها.
- (ت) البيع: يشمل العرض للبيع أو لنقل الملكية مجانا او غير ذلك وعملية البيع نفسها.
- (ث) الطرح في السوق: الاحتفاظ بالغذاء بهدف بيعه وتوزيعه ونقل ملكيته بأي شكل.

- (ج) المستهلك النهائي: المستهلك الأخير للمادة الغذائية والذي لن يستخدم الغذاء كجزء من عملية أو نشاط تابع لعمل غذائي.
- (ح) تعريف "المكملات الغذائية" الوارد في التعليمات الفنية الالزامية 45-2014.
- (خ) تعريفات "وسم التغذية" و "البروتينات" و "الكربوهيدرات" و "السكريات" و "الدهون" و "الدهون الاحادية غير المشبعة" و "الدهون المتعددة غير المشبعة" الواردة في التعليمات الفنية الالزامية 100-2022 الخاصة بالمعلومات الغذائية للمستهلكين.
- (د) تعريف "البيان" الوارد في التعليمات الفنية الالزامية 100-2022 الخاصة بالمعلومات الغذائية للمستهلكين.
- (ذ) المغذيات: البروتينات والكربوهيدرات والدهون والالياف والصوديوم والفيتامينات والمعادن المدرجة في ملحق التعليمات الفنية الالزامية 100-2022 الخاصة بالمعلومات الغذائية للمستهلكين والصيغ التي إما أن تنتمي الى احدى هذه الفئات أو هي مكونات لها.
- (ر) مادة اخرى: مادة من غير المغذيات لها تأثير تغذوي أو فسيولوجي.
- (ز) التصريح: اي رسالة أو تمثيل (بما في ذلك اي شكل من اشكال التمثيل بالصور أو الرسومات أو الرموز) غير إلزامية بموجب التشريعات السارية وتنص أو تلمح أو تتضمن أن غذاء ما له خصائص محددة.
- (س) تصريح تغذوي: أي تصريح ينص أو يلمح أو يتضمن أن غذاء ما له خصائص تغذوية محددة مفيدة بسبب:
- (أ) الطاقة (كمية السعرات الحرارية) التي:
- يوفرها.
  - أو يوفرها بمعدل منخفض ازائد.
  - أو لا يوفرها
- (ب) وأو المغذيات أو المواد الاخرى التي:
- تحتويها
  - أو تحتويها بنسب منخفضة ازائدة
  - أو لا تحتويها.
- (ش) تصريح صحي: أي تصريح ينص أو يلمح أو يتضمن وجود علاقة لفئة غذائية ما أو غذاء ما أو احد مركباته مع صحة الانسان.
- (ص) الفئة الغذائية: مجموعة من مواد غذائية صُنفت معا وفق نظام تصنيف رقمي وضعته هيئة الدستور الغذائي.

- (ض) تصريح الحد من مخاطر مرضية: أي تصريح صحي ينص أو يلمح أو يتضمن أن استهلاك فئة غذائية ما أو غذاء ما أو أحد مركباته يُخفّض بشكل ملحوظ عامل خطورة في تطور مرض انساني.
- (ط) تعريفات "الرضع" و "صغار الاطفال" الواردة في التعليمات الفنية الالزامية 44-2014 الخاصة بأغذية الرضع وصغار الاطفال.
- (ظ) الطفل: اي شخص لم يبلغ عامه الثامن عشر.
- (ع) الجهة المختصة: الجهة أو الجهات التي يحددها مجلس الوزراء لتنفيذ أحكام هذه التعليمات بموجب المادة (23) من قانون المواصفات والمقاييس والقوانين السارية الأخرى ذات الصلة.

## الفصل الثاني

### المبادئ العامة

#### مادة (3)

##### المبادئ العامة السارية على جميع التصريحات

يمنع استخدام التصريحات التغذوية والصحية في بيان وعرض الاغذية المطروحة في السوق والاعلان عنها الا اذا لبت متطلبات هذه التعليمات.

ودون الاخلال بالتعليمات الفنية الالزامية 100-2022 الخاصة بالمعلومات الغذائية للمستهلكين والتعليمات الفنية الالزامية الخاصة بالاعلانات المضللة والمقارنة<sup>(1)</sup>، يمنع استخدام التصريحات التغذوية والصحية اذا كان استخدامها:

- (أ) كاذب أو غامض أو مضلل.
- (ب) يوّد الشك بشأن سلامة الاغذية الاخرى و/أو كفايتها التغذوية (Nutritional adequacy).
- (ت) يشجع على أو يتساهل مع الاستهلاك الزائد لغذاء ما.
- (ث) ينص أو يلمح أو يتضمن أن نظام غذائي متوازن ومتنوع لا يوفر كميات مناسبة من المغذيات بشكل عام.
- (ج) تشير الى التغيرات في الوظائف الجسدية التي يمكن لها ان تزيد من أو تستغل خوف المستهلك اما نصّاً أو من خلال التمثيل بالصور أو الرسومات أو الرموز.

(1) هذه التعليمات في طور الاعداد. والى حين صدورهما، يجب الرجوع الى لجنة التعليمات الفنية الالزامية.

#### مادة (4)

##### شروط استخدام التصريحات التغذوية والصحية

لا يسمح للمشروبات التي تحتوي على أكثر من 1.2% حجماً من الكحول أن تحمل تصريحات صحية.

#### مادة (5)

##### شروط عامة

- 1-5 لا يجوز استخدام التصريحات التغذوية والصحية إلا إذا توفرت جميع الشروط التالية:
- (أ) إن وجود أو غياب أو انخفاض محتوى غذاء فئة غذائية ما من مغذي أو مادة أخرى ما اعد له التصريح قد أظهر تأثيراً تغذوياً أو فسيولوجياً مفيداً ومثبتاً بأدلة علمية معترف بها.
- (ب) إن المغذي أو المادة الأخرى الذي اعد له التصريح يلبي إحدى الحالتين التاليتين:
- (1) متواجد في المنتج النهائي بكمية ملحوظة كما هي محددة في التعليمات الفنية الإلزامية 100-2022، أو بكمية ستننتج التأثير التغذوي أو الفسيولوجي المصرح به والمثبت بأدلة علمية معترف بها في حال عدم وجود هذه التعليمات.
- (2) غير متواجد أو متواجد بكمية مخفضة ستننتج التأثير التغذوي أو الفسيولوجي المصرح به والمثبت بأدلة علمية معترف بها.
- (ت) إن المغذي أو المادة الأخرى الذي اعد التصريح له على شكل قابل لاستخدامه من قبل الجسم حيثما يسري ذلك.
- (ث) إن كمية المنتج المتوقع منطقياً استهلاكها توفر كمية ملحوظة من المغذي أو المادة الأخرى الذي اعد التصريح له كما هي محددة في التعليمات الفنية الإلزامية 100-2022، أو توفر كمية ملحوظة ستننتج التأثير التغذوي أو الفسيولوجي المصرح به والمثبت بأدلة علمية معترف بها في حال عدم وجود هذه التعليمات.
- (ج) أن يحقق الشروط المحددة الواردة في الفصل الثالث أو الفصل الرابع حسب الحالة.
- 2-5 لا يجوز استخدام التصريحات التغذوية والصحية إلا إذا كان من المتوقع ان يفهم المستهلك العادي التأثيرات المفيدة التي أشار لها التصريح.
- 3-5 يجب ان تشير التصريحات التغذوية والصحية الى الغذاء الجاهز للاستهلاك وفقاً لإرشادات الصانع.

#### مادة (6)

##### الاثبات العلمي للتصريحات

- 1-6 يجب على التصريحات التغذوية والصحية أن تكون مثبتة بأدلة علمية معترف بها.
- 2-6 يجب على المشتغل الغذائي الذي يقوم بالتصريح التغذوي والصحي تبرير استخدامه.

3-6 يحق للجهة المختصة ان تطلب من المشتغل الغذائي أو من يقوم بطرح المنتج في السوق ابراز جميع المعلومات والبيانات ذات الصلة التي تثبت المطابقة مع هذه التعليمات.

#### مادة (7)

##### المعلومات التغذوية

يكون البيان التغذوي للمنتجات التي ذكر فيها تصريح تغذوي وأو تصريح صحي ملزما باستثناء الاعلانات العمومية التي تخص مجموعة أو نوع من المنتجات وليس علامة تجارية معينة. يجب أن تتألف المعلومات الواجب توفيرها من تلك المحددة في الفقرة (1) من المادة (29) من التعليمات الفنية الالزامية الخاصة بالمعلومات الغذائية للمستهلكين. اذا تم ذكر تصريح تغذوي وأو تصريح صحي لمغذي ما ورد ذكره في الفقرة (2) من المادة (29) من التعليمات الفنية الالزامية الخاصة بالمعلومات الغذائية للمستهلكين، فيجب التصريح عن كمية ذلك المغذي وفقا للمواد (30) الى (33) من تلك التعليمات. في حال المكملات الغذائية، يجب توفير المعلومات التغذوية وفقا لمادة (8) من التعليمات الفنية الالزامية 45-2014.

#### الفصل الثالث

##### التصريحات التغذوية

#### مادة (8)

##### الشروط المحددة

يسمح باستخدام تصريح تغذوي فقط اذا ورد في ملحق (1) ويلبي الشروط الواردة في هذه التعليمات.

#### مادة (9)

##### التصريحات المقارنة

- 1-9 دون الاخلال بالتعليمات الفنية الالزامية الخاصة بالاعلانات المضللة والمقارنة، لا يجوز اجراء مقارنة بين أغذية الا اذا كانت من نفس الفئة مع الأخذ بالاعتبار تشكيلة من أغذية تلك الفئة. يجب ذكر الاختلاف في كمية مغذي ما و/أو قيمة الطاقة وأن تستند المقارنة على نفس الكمية الغذائية.
- 2-9 يجب على التصريحات التغذوية المقارنة ان تقارن بين تركيب الغذاء المعني وبين تشكيلة من أغذية نفس الفئة (لا تملك تركيب يسمح لها بحمل تصريح) بما في ذلك أغذية الاسماء التجارية الأخرى.

## الفصل الرابع التصريحات الصحية

### مادة (10)

#### الشروط المحددة

- 1-10 تمنع التصريحات الصحية ما لم تفي بالمتطلبات العامة في الفصل الثاني من هذه التعليمات والمتطلبات المحددة في هذا الفصل وان تكون مصرح بها وفق المواد (12) أو (13) من هذه التعليمات.
- 2-10 لا يُسمح بالتصريحات الصحية الا اذا توفرت جميع المعلومات التالية في البيان، او في العرض والاعلان في حال عدم وجود بيان:
- (أ) جملة تشير الى أهمية اتباع نظام غذائي متنوع ومتوازن ونمط حياة صحي.
- (ب) كمية الغذاء ونمط الأستهلاك المطلوبان للحصول على التأثير المفيد المصرح به.
- (ت) جملة موجهة للأشخاص المفترض تجنبهم للغذاء عند اللزوم.
- (ث) تحذير ملائم من منتجات قد تشكل مخاطر صحية عند استهلاكها بشكل فائض.
- 3-10 لا يجوز الإشارة الى منافع عامة غير محددة للمغذي أو الغذاء لوضع صحي جيد الا اذا كان ذلك مصحوبا بتصريح صحي محدد مصرح به وفق المواد (12) أو (13).

### مادة (11)

#### القيود المفروضة على استخدام تصريحات صحية معينة

يمنع استخدام التصريحات الصحية التالية:

- (أ) التصريحات التي تلمح الى أن الصحة قد تتأثر بعدم استهلاك الغذاء المعني.
- (ب) التصريحات التي تشير الى معدّل أو مقدار فقدان الوزن.
- (ت) التصريحات التي تشير الى توصيات لطبيب فردي أو صاحب مهنة صحية فردي والجمعيات الأخرى من غير النقابات الوطنية للطباء أو الصيادلة أو التغذيةيين أو المهن الصحية ذات العلاقة.

### مادة (12)

#### التصريحات الصحية التي تشير الى تخفيض خطورة مرض وصحة ونمو الأطفال

- يسمح باستخدام تصريح صحي يشير الى تخفيض خطورة مرض وصحة ونمو الأطفال فقط اذا ورد في ملحق (2) ويلبي الشروط الواردة في هذه التعليمات.

### مادة (13)

#### التصريحات الصحية الأخرى

يسمح باستخدام تصريح صحي لا يشير الى تخفيض خطورة مرض وصحة ونمو الأطفال فقط اذا ورد في ملحق (3) ويلبي الشروط الواردة في هذه التعليمات.

### الفصل الخامس

#### أحكام عامة ونهائية

### مادة (14)

#### المراقبة

لتسهيل مراقبة فعالة للأغذية التي تحمل التصريحات التغذوية أو الصحية، يجب على الصانع أو المسؤول عن طرح مثل هذه الأغذية في السوق اخطار الجهة المختصة قبل الطرح من خلال تزويدها بنموذج عن البيان المستخدم لهذا المنتج والحصول على موافقتها على ذلك الاستخدام.

### مادة (15)

#### بدء السريان

تدخل هذه التعليمات حيز التنفيذ بعد مرور سنة من تاريخ اصدارها.

### مادة (16)

#### تفسير النصوص

في حال ظهور خلاف في تفسير أحد نصوص هذه التعليمات، يعتمد التفسير الصادر عن لجنة التعليمات الفنية الإلزامية.

### مادة (17)

#### ازالة التعارض

يلغى او يعدل كل ما يتعارض مع هذه التعليمات.

## ملحق (1)

### التصريحات التغذوية والشروط السارية عليها

شروط استخدام التصريح	التصريح
يجوز التصريح بأن غذاء ما ذو طاقة منخفضة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 40 كيلوسعر لكل 100 غرام من المواد الصلبة أو على أكثر من 20 كيلوسعر لكل 100 مليلتر من السوائل. اما بالنسبة للمحليات المعدة للاستخدام الفوري، فيسري عليها الحد 4 كيلوسعر لكل حصة تتمتع بخواص تحلية مكافئة لـ 6 غرام من السكر (ملعقة شاي من السكر تقريباً).	طاقة منخفضة Low Energy
يجوز التصريح بأن غذاء ما مخفض الطاقة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما يتم تخفيض قيمة الطاقة بمقدار 30% على الأقل مع الإشارة الى الميزة او الميزات التي تجعل الغذاء مخفضا في قيمته الكلية للطاقة.	مخفض الطاقة Energy Reduced
يجوز التصريح بأن غذاء ما خال من الطاقة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 4 كيلوسعر لكل 100 مليلتر. اما بالنسبة للمحليات المعدة للاستخدام الفوري، فيسري عليها الحد 0.4 كيلوسعر لكل حصة تتمتع بخواص تحلية مكافئة لـ 6 غرام من السكر (ملعقة شاي من السكر تقريباً).	خال من الطاقة Energy-Free
يجوز التصريح بأن غذاء ما ذو دهون منخفضة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 3 غرام من الدهون لكل 100 غرام من المواد الصلبة أو 1.5 غرام من الدهون لكل 100 مليلتر من السوائل (1.8 غرام من الدهون لكل 100 مليلتر للحليب شبه منزوع الدسم).	دهون منخفضة Low Fat
يجوز التصريح بأن غذاء ما خال من الدهون وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 0.5 غرام من الدهون لكل 100 غرام أو لكل 100 مليلتر. ولكن لا يجوز استخدام التصريحات على شكل "س% خال من الدهون".	خال من الدهون Fat-Free
يجوز التصريح بأن غذاء ما ذو دهون مشبعة منخفضة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا تزيد كمية كل من الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتقابلة في المنتج عن 1.5 غرام لكل 100 غرام من المواد الصلبة أو 0.75 غرام لكل 100 مليلتر من السوائل، وفي كلتا الحالتين ان لا تعمل كمية كل من الأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية المتقابلة على تزويد أكثر من 10% من الطاقة.	دهون مشبعة منخفضة Low Saturated Fat

التصريح	شروط استخدام التصريح
خال من الدهون المشبعة Saturated Fat-Free	يجوز التصريح بأن غذاء ما لا يحتوي على دهون مشبعة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يزيد مجموع الدهون المشبعة والأحماض الدهنية المتقابلة في المنتج عن 0.1 غرام من الدهون المشبعة في 100 غرام أو 100 مليلتر.
سكريات منخفضة Low Sugars	يجوز التصريح بأن غذاء ما ذو سكريات منخفضة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 5 غرام من السكريات لكل 100 غرام من المواد الصلبة أو 2.5 غرام من السكريات لكل 100 مليلتر من السوائل.
خال من السكريات Sugars-Free	يجوز التصريح بأن غذاء ما خال من السكريات وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 0.5 غرام من السكريات لكل 100 غرام أو 100 مليلتر.
دون اضافة سكريات With No Added Sugars	يجوز التصريح بأنه لم يتم اضافة سكريات الى غذاء ما وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على سكريات أحادية أو ثنائية مضافة أو على اي غذاء آخر استخدم لخواص التحلية فيه. وعند تواجد سكريات طبيعية في الغذاء، فيجب الاشارة الى ذلك باستخدام عبارة "يحتوي على سكريات طبيعية" ظاهرة على البيان.
صوديوم/ملح منخفض Low Sodium/Salt	يجوز التصريح بأن غذاء ما ذو صوديوم/ملح منخفض وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 0.12 غرام من الصوديوم أو من مقدار مكافئ من ملح الطعام لكل 100 غرام أو لكل 100 مليلتر. اما بالنسبة للمياه <sup>(2)</sup> ، فيجب أن لا يزيد هذا المقدار عن 2 مليغرام من الصوديوم لكل 100 مليلتر.
صوديوم/ملح منخفض جدا Very Low Sodium/Salt	يجوز التصريح بأن غذاء ما ذو صوديوم/ملح منخفض جدا وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 0.04 غرام من الصوديوم أو من مقدار مكافئ من ملح الطعام لكل 100 غرام أو لكل 100 مليلتر. ولا يجوز استخدام هذا التصريح لمياه معدنية طبيعية ولمياه اخرى.
خال من الصوديوم أو خال من الملح SODIUM-FREE or SALT-FREE	يجوز التصريح بأن غذاء ما خال من الصوديوم او خال من الملح وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على أكثر من 0.005 غرام من الصوديوم أو من مقدار مكافئ من ملح الطعام لكل 100 غرام.

(2) باستثناء المياه المعدنية الطبيعية التي تقع ضمن مجال التعليمات الفنية الالزامية 28-2010.

شروط استخدام التصريح	التصريح
يجوز التصريح بأنه لم يتم إضافة صوديوم/ملح الى غذاء ما وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يحتوي المنتج على اي صوديوم/ملح مضاف أو اي مكون آخر يحتوي على صوديوم/ملح مضاف وان لا يحتوي المنتج على اكثر من 0.12 غرام صوديوم أو من مقدار مكافئ من ملح الطعام لكل 100 غرام أو 100 مليلتر .	دون أضافة صوديوم/ملح NO ADDED SODIUM/SALT
يجوز التصريح بأن غذاء ما مصدر للالياف وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يقل محتوى المنتج من الألياف عن 3 غرام لكل 100 غرام أو 1.5 غرام لكل 100 كيلوسعر .	مصدر للألياف SOURCE OF FIBRE
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالالياف وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يقل محتوى المنتج من الألياف عن 6 غرام لكل 100 غرام أو 3 غرام لكل 100 كيلوسعر .	غني بالألياف HIGH FIBRE
يجوز التصريح بأن غذاء ما مصدر للبروتين وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا تقل نسبة الطاقة من البروتين من مجمل طاقة الغذاء عن 12% .	مصدر للبروتين SOURCE OF PROTEIN
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالبروتين وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا تقل نسبة الطاقة من البروتين من مجمل طاقة الغذاء عن 20% .	غني بالبروتين HIGH PROTEIN
يجوز التصريح بأن غذاء ما مصدر للفيتامينات وأو المعادن وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يقل محتوى المنتج عن الكمية ذات الدلالة المذكورة في ملحق التعليمات الفنية الالزامية 24-2009 او عن الكمية التي نصت عليها المادة (6) من التعليمات الفنية الالزامية 32-2011 الخاصة بإضافة الفيتامينات والمعادن ومواد محددة أخرى الى الاغذية.	مصدر لـ "اسم الفيتامين/الفيتامينات" وأو "اسم المعدن\المعادن" SOURCE OF [NAME OF VITAMIN/S] AND/OR [NAME OF MINERAL/S]
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالفيتامينات وأو المعادن وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يقل محتوى المنتج عن ضعف الكمية المطلوبة للتصريح بأنه مصدر للفيتامينات وأو المعادن.	غني بـ "اسم الفيتامين/الفيتامينات" وأو "اسم المعدن\المعادن" HIGH [NAME OF VITAMIN/S] AND/OR [NAME OF MINERAL/S]

شروط استخدام التصريح	التصريح
يجوز التصريح بأن غذاء ما يحتوي على مغذي أو مادة أخرى لم يدرج لها شروط محددة في هذه التعليمات وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما يلبي المنتج جميع الاشتراطات السارية من هذه التعليمات وخصوصا المادة (5). وبالنسبة للفيتامينات والمعادن، فتسري الشروط الخاصة بالتصريح السابق الخاص بمصدر "الفيتامينات" وأو "المعادن".	يحتوي على "اسم المغذي أو المادة الأخرى" CONTAINS [NAME OF THE NUTRIENT OR OTHER SUBSTANCE]
يجوز التصريح بأن غذاء ما مزوّد بمغذي أو أكثر (باستثناء الفيتامينات والمعادن) وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما يلبي المنتج جميع الشروط الخاصة بتصريح المصدر وان لا تقل الزيادة في المحتوى بالمقارنة مع منتجات مماثلة عن 30%.	مزوّد بـ"اسم المغذي" INCREASED [NAME OF THE NUTRIENT]
يجوز التصريح بأن المكون من مغذي أو أكثر مخفض وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يقل التخفيض في المحتوى بالمقارنة مع منتج مماثل عن 30%، باستثناء الفيتامينات والمعادن حيث يعتبر فرقا بـ 10% من القيمة المرجعية المحددة في التعليمات الفنية الالزامية 2009-24 مقبولا، وللصوديوم (أو القيمة المكافئة لملاح الطعام) نسبة 25%.	"اسم المغذي" مخفض REDUCED [NAME OF THE NUTRIENT]
يجوز التصريح بدهون مشبعة مخفضة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما: (أ) لا يقل التخفيض في مجموع الاحماض الدهنية المشبعة والاحماض الدهنية المتقابلة في المنتج الحامل للتصريح عن 30% من مجموعها في منتج مماثل. (ب) لا يزيد محتوى المنتج الحامل للتصريح من الاحماض الدهنية المتقابلة عن المحتوى في منتج مماثل. يجوز التصريح بسكريات مخفضة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما لا يزيد مقدار طاقة المنتج الحامل للتصريح عن ذلك لمنتج مماثل.	
يجوز التصريح بأن منتج ما خفيفالايث وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك بتحقيق نفس الشروط المذكورة لمصطلح "مخفض". يجب ايضا أن يقترن التصريح بإشارة الى الصفةالصفات التي تجعل الغذاء خفيفالايث.	خفيفالايث LIGHT/LITE
إذا لبي غذاء ما بشكل طبيعي الشروط الواردة في هذا الملحق لاستخدام تصريح تغذوي، فيجوز استخدام مصطلح "طبيعي" مقروناً بالتصريح.	طبيعي NATURALLY/NATURAL

شروط استخدام التصريح	التصريح
يجوز التصريح بأن غذاء ما مصدر للأحماض الدهنية أوميغا-3 وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما يحتوي المنتج على الأقل 0.3 غرام من حامض (ALA) Alpha-linolenic لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعر، أو على الأقل 40 مليغرام من مجموع حامض (EPA) Eicosapentaenoic وحمض (DHA) Docosahexaenoic لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعر.	مصدر للأحماض الدهنية أوميغا-3 SOURCE OF OMEGA-3 FATTY ACIDS
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالأحماض الدهنية أوميغا-3 وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما يحتوي المنتج على الأقل 0.6 غرام من حامض (ALA) Alpha-linolenic لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعر أو على الأقل 80 مليغرام من مجموع حامض (EPA) Eicosapentaenoic وحمض (DHA) Docosahexaenoic لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعر.	غني بالأحماض الدهنية أوميغا-3 HIGH OMEGA-3 FATTY ACIDS
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالدهون الأحادية غير المشبعة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما تكون على الأقل 45% من الأحماض الدهنية المتواجدة في المنتج هي دهون أحادية غير مشبعة وتوفر أكثر من 20% من طاقة المنتج.	غني بالدهون الأحادية غير المشبعة HIGH MONOUNSATURATED FAT
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالدهون المتعددة غير المشبعة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما تكون على الأقل 45% من الأحماض الدهنية المتواجدة في المنتج هي دهون متعددة غير مشبعة وتوفر أكثر من 20% من طاقة المنتج.	غني بالدهون المتعددة غير المشبعة HIGH POLYUNSATURATED FAT
يجوز التصريح بأن غذاء ما غني بالدهون غير المشبعة وأي تصريح من المرجح أن يكون له نفس المعنى بالنسبة للمستهلك فقط عندما تكون على الأقل 70% من الأحماض الدهنية المتواجدة في المنتج هي دهون غير مشبعة وتوفر أكثر من 20% من طاقة المنتج.	غني بالدهون غير المشبعة HIGH UNSATURATED FAT

## ملحق (2)

### التصريحات الصحية المصرح بها والتي تشير الى تخفيض خطورة مرض وصحة ونمو الأطفال وشروط استخدامها

#### أولا الفيتامينات والمعادن

المغذي \ المادة \ الغذاء \ الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الكالسيوم وفيتامين D Calcium and vitamin D	الكالسيوم وفيتامين D ضروريان للنمو والتطور الطبيعيان لعظام الاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا للكالسيوم وفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لاسم الفيتامين الفيتامينات" وأو "اسم المعدن المعادن" في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	الكالسيوم ضروري للنمو والتطور الطبيعيان لعظام الاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لاسم الفيتامين الفيتامينات" وأو "اسم المعدن المعادن" في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	فيتامين D ضروري للنمو والتطور الطبيعيان لعظام الاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لاسم الفيتامين الفيتامينات" وأو "اسم المعدن المعادن" في ملحق (1).
الفسفور Phosphorus	الفسفور ضروري للنمو والتطور الطبيعيان لعظام الاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا للفسفور كما ورد في التصريح مصدر لاسم الفيتامين الفيتامينات" وأو "اسم المعدن المعادن" في ملحق (1).
اليود Iodine	يساهم اليود في النمو الطبيعي للاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا لليود كما ورد في التصريح مصدر لاسم الفيتامين الفيتامينات" وأو "اسم المعدن المعادن" في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في التطور الادراكي المعرفي الطبيعي للاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لاسم الفيتامين الفيتامينات" وأو "اسم المعدن المعادن" في ملحق (1).

## ثانياً المواد الاخرى

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
بيتا-جلوكانان الشعير Barley beta-glucans	تبين بأن بيتا-جلوكانان الشعير تخفض اقل كوليسترول الدم. يعتبر الكوليسترول المرتفع عامل خطورة في تكون مرض الشريان التاجي القلبي.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثيرات مفيدة يأتي من استهلاك 3 غرامات يوميا من المادة. ويمكن استخدام التصريح لأغذية قادرة على تزويد 1 غرام من المادة لكل حصة محددة كميًا.
العلكة الخالية من السكر Sugar-free chewing gum	تساعد العلكة الخالية من السكر على معادلة احماض البلاك <sup>(3)</sup> (Plaque). تعتبر احماض البلاك عامل خطورة في تسوس الاسنان.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثيرات مفيدة يأتي من مضغ 2-3 غم من العلكة الخالية من السكر لمدة 20 دقيقة وعلى الاقل 3 مرات يوميا بعد الوجبات.
العلكة الخالية من السكر Sugar-free chewing gum	تساعد العلكة الخالية من السكر على تقليل عوز المعادن من الاسنان. يعتبر عوز المعادن من الاسنان عامل خطورة في تسوس الاسنان.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثيرات مفيدة يأتي من مضغ 2-3 غم من العلكة الخالية من السكر لمدة 20 دقيقة وعلى الاقل 3 مرات يوميا بعد الوجبات.
بيتا-جلوكان الشوفان Oat beta-glucan	تبين بأن بيتا-جلوكان الشوفان تخفض اقل كوليسترول الدم. يعتبر الكوليسترول المرتفع عامل خطورة في تكون مرض الشريان التاجي القلبي.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثيرات مفيدة يأتي من استهلاك 3 غرامات يوميا من المادة. ويمكن استخدام التصريح لأغذية قادرة على تزويد 1 غرام من المادة لكل حصة محددة كميًا.
الستيرولات النباتية/السترانول النباتية Plant sterols/Plant stanol esters	تبين بأن الستيرولات النباتية واسترات الستيرولات النباتية تخفض اقل كوليسترول الدم. يعتبر الكوليسترول المرتفع عامل خطورة في تكون مرض الشريان التاجي القلبي.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 1.5-3 غرام من الستيرولات النباتية/السترانول النباتية. يسمح بالإشارة الى مقدار التأثير فقط لأغذية ضمن الفئات التالية: الدهون الصفراء القابلة للدهن، منتجات الالبان، المايونيز، صلصات السلطة. وعند الإشارة الى مقدار التأثير، يجب ابلاغ المستهلك بأن مقدار التأثير 7-10% لأغذية توفر 1.5-2.4 غرام يوميا من الستيرولات النباتية/السترانول النباتية، أو 10-12.5% لأغذية توفر 2.5-3 غرام يوميا من الستيرولات النباتية/السترانول النباتية، بالإضافة الى المدة المطلوبة للحصول على التأثير (خلال 2-3 اسابيع).

(3) طبقة رقيقة ودبقة وعادة غير ملونة على الاسنان شكلتها البكتيريا لتأويها.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الستيرولات النباتية: ستيرولات مستخلصة من النبات بشكل حر او مؤستر بأحماض دهنية ذات نوعية غذائية. Plant sterols: Sterols extracted from plants, free or esterified with food grade fatty acids.	تبين بأن الستيرولات النباتية تخفض انتقال كوليسترول الدم. يعتبر الكوليسترول المرتفع عامل خطورة في تكون مرض الشريان التاجي القلبي.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 1.5-3 غرام من الستيرولات النباتية. يسمح بالإشارة الى مقدار التأثير فقط لأغذية ضمن الفئات التالية: الدهون الصفراء القابلة للدهن، منتجات الالبان، المايونيز، صلصات السلطة. وعند الإشارة الى مقدار التأثير، يجب ابلاغ المستهلك بأن مقدار التأثير 7-10% لأغذية توفر 1.5-2.4 غرام يوميا من الستيرولات النباتية، أو 10-12.5% لأغذية توفر 2.5-3 غرام يوميا من الستيرولات النباتية، بالإضافة الى المدة المطلوبة للحصول على التأثير (خلال 2-3 اسابيع).
استرات الستانول النباتية Plant stanol esters	تبين بأن استرات الستانول النباتية تخفض انتقال كوليسترول الدم. يعتبر الكوليسترول المرتفع عامل خطورة في تكون مرض الشريان التاجي القلبي.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 1.5-3 غرام من استرات الستانول النباتية. يسمح بالإشارة الى مقدار التأثير فقط لأغذية ضمن الفئات التالية: الدهون الصفراء القابلة للدهن، منتجات الالبان، المايونيز، صلصات السلطة. وعند الإشارة الى مقدار التأثير، يجب ابلاغ المستهلك بأن مقدار التأثير 7-10% لأغذية توفر 1.5-2.4 غرام يوميا من استرات الستانول النباتية، أو 10-12.5% لأغذية توفر 2.5-3 غرام يوميا من استرات الستانول النباتية، بالإضافة الى المدة المطلوبة للحصول على التأثير (خلال 2-3 اسابيع).
علكة محلاة بالزايليتول 100% Chewing gum sweetened with 100% xylitol	تبين بأن العلكة المحلاة بالزايليتول 100% تقلل من البلاك. يعتبر المحتوى المستوى المرتفع من البلاك عامل خطورة في التسوس لدى الاطفال.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 2-3 غرام من العلكة المحلاة بالزايليتول 100% 3 مرات على الاقل يوميا بعد الوجبات.
حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) Docosahexaenoic acid (DHA)	تناول الامهات لحامض دوكوساهيكسينويك (DHA) يساهم في نمو طبيعي لدماغ الجنين والرضع ذوي الرضاعة الطبيعية.	توفير معلومات للنساء الحوامل والمرضعات بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 200 مليغرام من الحامض يوميا بالإضافة الى كمية الاستهلاك اليومية الموصى بها للبالغين من مادة احماض أوميغا-3 الدهنية أي 250 مليغرام من حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) وحامض ايكوسابنتينويك (EPA). يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يوفر مدخول يومي 200 مليغرام من حامض دوكوساهيكسينويك على الاقل يوميا.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) Docosahexaenoic acid (DHA)	استهلاك حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) يساهم في نمو طبيعي لبصر الرضع حتى 12 شهر من العمر.	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 100 مليغرام من حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) يوميا. وعند استعمال هذا التصريح مع التركيبة الغذائية للمتابعة، فيجب ان يحتوي الغذاء على 0.3% كحد ادنى من مجمل الاحماض الدهنية كحامض دوكوساهيكسينويك (DHA).
حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) Docosahexaenoic acid (DHA)	تناول الامهات لحامض دوكوساهيكسينويك (DHA) يساهم في نمو طبيعي لعيون الجنين والرضع ذوي الرضاعة الطبيعية.	توفير معلومات للنساء الحوامل والمرضعات بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 200 مليغرام من الحامض يوميا بالاضافة الى كمية الاستهلاك اليومية الموصى بها للبالغين من مادة احماض أوميغا-3 الدهنية أي 250 مليغرام من حامض دوكوساهيكسينويك (DHA) وحامض ايكوسابنتينويك (EPA). يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يوفر مدخول يومي 200 مليغرام من حامض دوكوساهيكسينويك على الاقل يوميا.
الاحماض الدهنية الاساسية الفا-لاينولينيك (ALA) ولاينوليك (LA) α-linolenic acid (ALA) & linoleic acid (LA), essential fatty acids	الاحماض الدهنية الاساسية ضرورية للنمو والتطور الطبيعيان للاطفال	توفير معلومات للمستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من خلال استهلاك 2 غرام يوميا من حامض الفا-لاينولينيك (ALA) و10 غرام يوميا من حامض لاينوليك (LA).
البروتين Protein	البروتين ضروري للنمو والتطور الطبيعيان لعظام الاطفال	يسمح باستخدام التصريح فقط لغذاء يعتبر على الاقل مصدرا للبروتين كما ورد في التصريح "مصدر للبروتين" في ملحق (1).

### ملحق (3)

#### التصريحات الصحية الأخرى المصرح بها وشروط استخدامها

#### أولا الفيتامينات والمعادن

المغذي \ المادة \ الغذاء \ الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في أداء طبيعي للجهاز العصبي	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في عملية أيض طبيعية للمغذيات الكبيرة	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في تأثير نفسي طبيعي	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في الحفاظ على الشعر الطبيعي	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في الحفاظ على الأغشية المخاطية الطبيعية	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
البيوتين Biotin	تساهم البيوتين في الحفاظ على الجلد الطبيعي	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الاقل مصدرا للبيوتين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الكالسيوم Calcium	يساهم الكالسيوم في تخثر طبيعي للدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	يساهم الكالسيوم في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	يساهم الكالسيوم في أداء عضلي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	يساهم الكالسيوم في انتقال طبيعي للسائل العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	يساهم الكالسيوم في أداء طبيعي لأنزيمات الهضم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	للكالسيوم دور في عملية الانقسام والتخصص الخلوي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	الكالسيوم ضروري للحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكالسيوم Calcium	الكالسيوم ضروري للحفاظ على الأسنان الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكالسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكلوريد Chloride	يساهم الكلوريد في عملية طبيعية للهضم من خلال إنتاج حامض الهيدروكلوريك في المعدة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكلوريد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1). لا يجوز استخدام التصريح لكلوريد مصدره كلوريد الصوديوم.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الكروم Chromium	يساهم الكروم في عملية أيض طبيعية للمغذيات الكبيرة (Macronutient).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكروم سداسي التكافؤ كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
الكروم Chromium	يساهم الكروم في الحفاظ على مستويات طبيعية لسكر الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للكروم سداسي التكافؤ كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم الفيتامين/الفيتامينات] وأو [اسم المعدن/المعادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس في الحفاظ على أنسجة ضامة طبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس بتلؤن طبيعي للشعر.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس بانتقال طبيعي للحديد في الجسم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس بتلؤن طبيعي للجلد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس بإداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).
النحاس Copper	يساهم النحاس بحماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي (Oxidative stress).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنحاس كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين/فيتامينات] و/أو [اسم معدن/معادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الفلوريد Fluoride	يساهم الفلوريد في الحفاظ على تمعدن الأسنان (Mineralisation).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفلوريد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في نمو انسجة الأمهات أثناء الحمل.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في التكوّن الطبيعي للأحماض الأمينية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في التكوّن الطبيعي للدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في عملية أيض طبيعية للهوموسستين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في تأثر نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في أداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	تساهم الفولات في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الفولات Folate	للفولات دور في عملية انقسام الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفولات كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
اليود Iodine	يساهم اليود في أداء ادراكي معرفي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لليود كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
اليود Iodine	يساهم اليود في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لليود كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
اليود Iodine	يساهم اليود في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لليود كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
اليود Iodine	يساهم اليود في الحفاظ على الجلد الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لليود كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
اليود Iodine	يساهم اليود في إنتاج طبيعي لهرمونات الغدة الدرقية واداء طبيعي للغدة الدرقية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لليود كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في أداء ادراكي معرفي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في التكوين الطبيعي لخلايا الدم الحمراء والهيموغلوبين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في النقل الطبيعي للأوكسجين في الجسم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في أداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
الحديد Iron	يساهم الحديد في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الحديد Iron	للحديد دور في عملية انقسام الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للحديد كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في توازن المحاليل المتأينة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في اداء عضلي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في تكوّن طبيعي للبروتين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في تأثر نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيسيوم Magnesium	يساهم المغنيسيوم في الحفاظ على الأسنان الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
المغنيسيوم Magnesium	للمغنيسيوم دور في عملية انقسام الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيز Manganese	يساهم المغنيز في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيز كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيز Manganese	يساهم المغنيز في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيز كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيز Manganese	يساهم المغنيز في التكوين الطبيعي للنسيج الضام.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيز كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
المغنيز Manganese	يساهم المغنيز في حماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للمغنيز كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
موليبدينوم Molybdenum	يساهم الموليبيدينوم في عملية أيض طبيعية للأحماض الأمينية الكبريتية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للموليبيدينوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
النياسين Niacin	تساهم النياسين في تأثير نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنياسين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
النياسين Niacin	تساهم النياسين في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنياسين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
النياسين Niacin	تساهم النياسين في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنياسين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).
النياسين Niacin	تساهم النياسين في الحفاظ على الأغشية المخاطية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنياسين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
النياسين Niacin	تساهم النياسين في الحفاظ على الجلد الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنياسين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
النياسين Niacin	تساهم النياسين في التقليل من التعب والارهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للنياسين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
حامض البانتوثينيك Pantothenic acid	يساهم حامض البانتوثينيك في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لحامض البانتوثينيك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
حامض البانتوثينيك Pantothenic acid	يساهم حامض البانتوثينيك في أداء عقلي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لحامض البانتوثينيك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
حامض البانتوثينيك Pantothenic acid	يساهم حامض البانتوثينيك في عمليات تصنيع وأيض طبيعية للهرمونات الستيرويدية ولفيتامين (D) ولبعض الناقلات العصبية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لحامض البانتوثينيك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
حامض البانتوثينيك Pantothenic acid	يساهم حامض البانتوثينيك في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لحامض البانتوثينيك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] و/أو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الفوسفور Phosphorus	يساهم الفوسفور في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفوسفور كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الفوسفور Phosphorus	يساهم الفوسفور في أداء طبيعي لأغشية الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفوسفور كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الفوسفور Phosphorus	يساهم الفوسفور في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفوسفور كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الفوسفور Phosphorus	يساهم الفوسفور في الحفاظ على الأسنان الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للفوسفور كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
البوتاسيوم Potassium	يساهم البوتاسيوم في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للبوتاسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
البوتاسيوم Potassium	يساهم البوتاسيوم في أداء عضلي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للبوتاسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
البوتاسيوم Potassium	يساهم البوتاسيوم في الحفاظ على مستويات طبيعية لضغط الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للبوتاسيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الرايبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الرايبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الرايبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في الحفاظ على الأغشية المخاطية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الرايبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في الحفاظ على خلايا دم حمراء طبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الرايبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في الحفاظ على الجلد الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الرايبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في الحفاظ على الرؤية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الريبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في عملية أيض طبيعية للحديد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الريبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في حماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الريبوفلافين (فيتامين B2) Riboflavin (Vitamin B2)	يساهم الريبوفلافين في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للريبوفلافين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
السيلينيوم Selenium	يساهم السيلينيوم في التكوّن الطبيعي للحيوانات المنوية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للسيلينيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
السيلينيوم Selenium	يساهم السيلينيوم في الحفاظ على الشعر الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للسيلينيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
السيلينيوم Selenium	يساهم السيلينيوم في الحفاظ على الأظافر الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للسيلينيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
السيلينيوم Selenium	يساهم السيلينيوم في اداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للسيلينيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
السيلينيوم Selenium	يساهم السيلينيوم في اداء طبيعي للغدة الدرقية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للسيلينيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
السيلينيوم Selenium	يساهم السيلينيوم في حماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للسيلينيوم كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الثيامين Thiamine	يساهم الثيامين في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للثيامين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الثيامين Thiamine	يساهم الثيامين في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للثيامين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الثيامين Thiamine	يساهم الثيامين في تأثر نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للثيامين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الثيامين Thiamine	يساهم الثيامين في أداء طبيعي للقلب.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للثيامين كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين A Vitamin A	يساهم فيتامين A في عملية أيض طبيعية للحديد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين A كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين A Vitamin A	يساهم فيتامين A في الحفاظ على الأغشية المخاطية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين A كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين A Vitamin A	يساهم فيتامين A في الحفاظ على الجلد الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين A كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين A Vitamin A	يساهم فيتامين A في الحفاظ على الرؤية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين A كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين A Vitamin A	يساهم فيتامين A في أداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين A كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين A Vitamin A	لفيتامين A دور في عملية التخصص الخلوي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين A كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في عملية أيض طبيعية للهوموسيستين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في تأثير نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في التكوين الطبيعي لخلايا الدم الحمراء.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في أداء طبيعي للجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	يساهم فيتامين B12 في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B12 Vitamin B12	لفيتامين B12 دوراً في عملية انقسام الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B12 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في التكوّن الطبيعي للسيستين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في عملية أيض طبيعية للهوموسبستين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في عملية أيض طبيعية للبروتين والجليكوجين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في تأثير نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في التكوين الطبيعي لخلايا الدم الحمراء.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في أداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين B6 Vitamin B6	يساهم فيتامين B6 في تنظيم النشاط الهرموني.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين B6 كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في الحفاظ على اداء طبيعي لجهاز المناعة اثناء وبعد ممارسة التمارين البدنية الشديدة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر 200 مليغرام من فيتامين C للاستهلاك اليومي. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 200 مليغرام يوميا بالاضافة الى الجرعة اليومية الموصى بها من فيتامين C.
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التكوين الطبيعي للكولاجين لأداء طبيعي للأوعية الدموية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التكوين الطبيعي للكولاجين من أجل أداء طبيعي للعظام	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التكوين الطبيعي للكولاجين من أجل أداء طبيعي للغضروف.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التكوين الطبيعي للكولاجين من أجل أداء طبيعي للثة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التكوين الطبيعي للكولاجين من أجل أداء طبيعي للجلد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التكوين الطبيعي للكولاجين من أجل أداء طبيعي للأسنان.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في عملية أيض طبيعية منتجة للطاقة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في أداء طبيعي للجهاز العصبي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في تأثير نفسي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في أداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في حماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في التقليل من التعب والإرهاق.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يساهم فيتامين C في اعادة انتاج الشكل المختزل من فيتامين E.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين C Vitamin C	يزيد فيتامين C من امتصاص الحديد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين C كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	يساهم فيتامين D في امتصاص واستفادة طبيعيان للكالسيوم والفوسفور.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	يساهم فيتامين D في مستويات كالسيوم طبيعية في الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	يساهم فيتامين D في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	يساهم فيتامين D في الحفاظ على أداء عضلي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	يساهم فيتامين D في الحفاظ على الأسنان الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	يساهم فيتامين D في اداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين D Vitamin D	لفيتامين D دور في عملية انقسام الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين D كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
فيتامين E Vitamin E	يساهم فيتامين E في حماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين E كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين K Vitamin K	يساهم فيتامين K في تخثر طبيعي للدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين K كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
فيتامين K Vitamin K	يساهم فيتامين K في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لفيتامين K كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في تكوين طبيعي للحامض النووي الرايبوزي منقوص الاكسجين (DNA).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في عملية أيض حامضي قاعدي طبيعية (Acid-Base metabolism).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في عملية أيض طبيعية للكربوهيدرات.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في اداء معرفي ادراكي طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في خصوبة وإنجاب طبيعيان.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في عملية أيض طبيعية للمغذيات الكبيرة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في عملية أيض طبيعية للأحماض الدهنية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الزنك Zinc	يساهم الزنك في عملية أيض طبيعية لفيتامين A.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في تكوين طبيعي للبروتين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في الحفاظ على الشعر الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في الحفاظ على الأظافر الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في الحفاظ على الجلد الطبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في الحفاظ على مستويات طبيعية للنيستوستيرون في الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في الحفاظ على الرؤية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في اداء طبيعي لجهاز المناعة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).
الزنك Zinc	يساهم الزنك في حماية الخلايا من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن امعادن] في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الزنك Zinc	للزنك دور في عملية انقسام الخلايا.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للزنك كما ورد في التصريح مصدر لـ [اسم فيتامين افيتامينات] وأو [اسم معدن معادن] في ملحق (1).

## ثانيا مواد أخرى

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الفحم المنشط Activated charcoal	يساهم الفحم المنشط في التقليل من انتفاخ البطن المفرط بعد الأكل.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على 1 غرام فحم منشط لكل حصة محددة كميًا. ولحمل التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي بتناول 1 غرام قبل 30 دقيقة على الأقل من الوجبة و 1 غرام بعد وقت قصير من الوجبة.
حامض ألفا-لينولينيك (ALA) Alpha-linolenic acid (ALA)	يساهم حامض ألفا-لينولينيك في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا لحامض ألفا-لينولينيك كما ورد في التصريح الخاص بالأحماض الدهنية اوميغا-3 في ملحق (1). يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 2 غرام من الحامض يوميا.
أيريبيينوزايلان المنتجة من سويداء بذور القمح (AX) Arabinoxylan produced from wheat endosperm	يساهم استهلاك أيريبيينوزايلان كجزء من وجبة في التقليل من ارتفاع جلوكوز الدم بعد تلك الوجبة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 8 غرام من الألياف الغنية بأيريبيينوزايلان (AX) المنتجة من سويداء بذور القمح (على الاقل 60% وزنا أيريبيينوزايلان) لكل 100 غرام من الكربوهيدرات المتوفرة في حصة محددة كميًا كجزء من الوجبة. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك الألياف الغنية بأيريبيينوزايلان (AX) المنتجة من سويداء بذور القمح كجزء من الوجبة.
ألياف حبوب الشعير Barley grain fibre	تساهم ألياف حبوب الشعير في زيادة حجم البراز.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية غنية بألياف حبوب الشعير كما ورد في التصريح غني بالألياف في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
بيتا-جلوكانان Beta-glucans	تساهم بيتا-جلوكانان في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 1 غرام بيتا-جلوكانان من الشوفان أو نخالة الشوفان أو الشعير أو نخالة الشعير أو من خليط من هذه المصادر لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 3 غرام بيتا-جلوكانان يوميا من الشوفان أو نخالة الشوفان أو الشعير أو نخالة الشعير أو من خليط منها.
بيتا-جلوكانان من الشوفان والشعير Beta-glucans from oats and barley	يساهم استهلاك بيتا-جلوكانان من الشوفان والشعير كجزء من وجبة في التقليل من ارتفاع جلوكوز الدم بعد تلك الوجبة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 4 غرام بيتا-جلوكانان من الشوفان أو الشعير لكل 30 غرام من الكربوهيدرات المتوفرة في حصة محددة كميًا كجزء من الوجبة. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك بيتا-جلوكانان من الشوفان أو الشعير كجزء من الوجبة.
البيتين Betaine	تساهم البيتين في عملية أيض طبيعية للهوموسستين	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 0.5 غرام من البيتين لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 1.5 غرام يوميا من البيتين، وان استهلاك كمية تزيد عن 4 غرام يوميا منها قد تزيد مستويات كولسترول الدم.
محاليل الكربوهيدرات الأيونية Carbohydrate-electrolyte solutions	تساهم محاليل الكربوهيدرات الأيونية في الحفاظ على اداء تحملي اثناء تمارين التحمل البدنية المطولة.	لاستخدام التصريح، يجب أن تحتوي محاليل الكربوهيدرات الأيونية على 80-350 كيلوغرامات من الكربوهيدرات على أن تكون 75% من الطاقة كحد أدنى مستمدة من كربوهيدرات تحفز استجابة سكرية مرتفعة، مثل الجلوكوز وعديدات الجلوكوز والسكروز. وبالإضافة إلى ذلك، يجب أن تحتوي هذه المشروبات على 20-50 مليمولالتر (460-1150 مليغرامالتر) من الصوديوم، ولها أسْمُولِيَّة (Osmolality) ما بين 200-330 ملي اسمولكيلوغرام مياه.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
محاليل الكربوهيدرات الأيونية Carbohydrate-electrolyte solutions	تعزز محاليل الكربوهيدرات الأيونية امتصاص الماء اثناء التمارين البدنية.	لاستخدام التصريح، يجب أن تحتوي محاليل الكربوهيدرات الايونية على 80-350 كيلوسعراتر من الكربوهيدرات على أن تكون 75% من الطاقة كحد أدنى مستمدة من كربوهيدرات تحفز استجابة سكرية مرتفعة، مثل الجلوكوز وعديدات الجلوكوز والسكرورز. وبالإضافة إلى ذلك، يجب أن تحتوي هذه المشروبات على 20-50 مليمولالتر (1150-460 مليغرامالتر) من الصوديوم، ولها أسْمُولَالِيَّة (Osmolality) ما بين 200-330 ملي اسمول اكيلوغرام مياه.
الشيتوزان Chitosan	تساهم الشيتوزان في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر 3 غرامات يوميا من الشيتوزان. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 3 غرامات يوميا من الشيتوزان.
الكولين Choline	تساهم الكولين في عملية أيض طبيعية للهوموسيستين.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 82.5 مليغرام من الكولين لكل 100 غرام أو 100 مليلتر أو لكل حصة محددة كميًا من الغذاء.
الكولين Choline	تساهم الكولين في عملية أيض طبيعية للدهون.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 82.5 مليغرام من الكولين لكل 100 غرام أو 100 مليلتر أو لكل حصة محددة كميًا من الغذاء.
الكولين Choline	تساهم الكولين في الحفاظ على اداء طبيعي للكبد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 82.5 مليغرام من الكولين لكل 100 غرام أو 100 مليلتر أو لكل حصة محددة كميًا من الغذاء.
الكرياتين Creatine	يزيد الكرياتين الأداء الجسدي في الدفعات المتتالية للتمارين الشديدة قصيرة الامد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على جرعة 3 غرامات يوميا من الكرياتين. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 3 غرامات يوميا من الكرياتين. يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تستهدف البالغين الممارسين لتمارين شديدة.
حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) Docosahexaenoic acid (DHA)	يساهم حامض دوكوساهيكسانويك في الحفاظ على أداء طبيعي للدماغ.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 40 مليغرام من الحامض لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعرا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 250 مليغرام يوميا من الحامض.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) Docosahexaenoic acid (DHA)	يساهم حامض الدوكوساهيكسانويك في الحفاظ على الرؤية الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 40 مليغرام من الحامض لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعر. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 250 مليغرام يوميا من الحامض.
حامض ايكوسابنتانويك (EPA) وحامض دوكوساهيكسانويك (DHA) Eicosapentaenoic acid and docosahexaenoic acid (EPA/DHA)	يساهم حامض ايكوسابنتانويك (EPA) وحامض دوكوساهيكسانويك (DHA) في أداء طبيعي للقلب.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر مصدرا لكلا الحامضين كما ورد في التصريح مصدر لاحماض دهنية اوميغا-3 في ملحق (1). ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 250 مليغرام يوميا من كلا الحامضين.
حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) Docosahexaenoic acid (DHA)	يساهم حامض دوكوساهيكسانويك في الحفاظ على مستويات طبيعية للدهون الثلاثية (Triglyceride) في الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك غرامين يوميا من حامض دوكوساهيكسانويك والذي يحتوي على الحامض مجتمعا مع حامض ايكوسابنتانويك (EPA). ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك غرامين يوميا من حامض دوكوساهيكسانويك. وعند استخدام التصريح على المكملات الغذائية و/أو الأغذية المدعمة، فيجب تحذير المستهلك بعدم تجاوز جرعة يومية تكميلية مقدارها 5 غرامات من الحامضين مجتمعة. لا يجوز استخدام التصريح لأغذية معدة للأطفال.
حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) وحامض ايكوسابنتانويك (EPA) Docosahexaenoic acid and Eicosapentaenoic acid (DHA/EPA)	يساهم حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) وحامض ايكوسابنتانويك (EPA) في الحفاظ على ضغط دم طبيعي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك 3 غرامات يوميا من الحامضين، ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 3 غرامات يوميا من الحامضين. وعند استخدام التصريح على المكملات الغذائية و/أو الأغذية المدعمة، فيجب تحذير المستهلك بعدم تجاوز جرعة يومية تكميلية مقدارها 5 غرامات من الحامضين مجتمعة. لا يجوز استخدام التصريح لأغذية معدة للأطفال.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) و حامض إيكوسابنتانويك (EPA) Docosahexaenoic acid and Eicosapentaenoic acid (DHA/EPA)	يساهم حامض دوكوساهيكسانويك (DHA) و إيكوسابنتانويك (EPA) في الحفاظ على مستويات طبيعية لدهون الثلاثية في الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك غرامين يوميا من الحامضين، ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك غرامين يوميا من الحامضين. وعند استخدام التصريح على المكملات الغذائية و/أو الأغذية المدعمة، فيجب تحذير المستهلك بعدم تجاوز جرعة يومية تكميلية مقدارها 5 غرامات من الحامضين مجتمعة. لا يجوز استخدام التصريح لأغذية معدة للأطفال.
أغذية ذات محتوى منخفض أو مخفض من الأحماض الدهنية المشبعة. Foods with a low or reduced content of saturated fatty acids	يساهم التقليل من استهلاك الدهون المشبعة في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل منخفضة الأحماض الدهنية المشبعة كما ورد في التصريح دهون مشبعة منخفضة في ملحق (1)، أو منخفضة الأحماض الدهنية المشبعة كما ورد في التصريح [اسم المغذي] مخفض في ملحق (1).
أغذية ذات محتوى منخفض أو مخفض من الصوديوم. Foods with a low or reduced content of sodium	يساهم التقليل من استهلاك الصوديوم في الحفاظ على ضغط طبيعي للدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل منخفضة الصوديوم الملح كما ورد في التصريح صوديوم ملح منخفض في ملحق (1)، أو منخفضة الصوديوم الملح كما ورد في التصريح [اسم المغذي] مخفض في ملحق (1).
جلوكومانان Glucomannan (konjac mannan)	تساهم الجلوكومانان في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك 4 غرامات يوميا من الجلوكومانان. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 4 غرامات يوميا من الجلوكومانان. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاختناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
جلوكومانان Glucomannan (konjac mannan)	يساهم الجلوكومانان ضمن نظام غذائي محدد الطاقة في فقدان الوزن	يسمح باستخدام التصريح فقط لاغذية تحتوي على 1 غرام من الجلوكومانان لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 3 غرامات يوميا من الجلوكومانان على 3 جرعات كل منها 1 غرام تؤخذ مع كأس الى كأسين من الماء وقبل الوجبات وضمن نظام غذائي محدد الطاقة. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاختناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.
صمغ الغوار Guar Gum	يساهم صمغ الغوار في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لاغذية توفر استهلاك 10 غرامات يوميا من صمغ الغوار. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 10 غرامات يوميا من صمغ الغوار. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاختناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.
هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز (HPMC) Hydroxypropyl methylcellulose (HPMC)	يساهم استهلاك هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز مع وجبة في التقليل من ارتفاع جلوكوز الدم بعد تلك الوجبة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لاغذية تحتوي على 4 غرامات من هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 4 غرامات من هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز كجزء من الوجبة. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاختناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.
هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز (HPMC) Hydroxypropyl methylcellulose (HPMC)	يساهم استهلاك هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لاغذية توفر استهلاك 5 غرامات يوميا من هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز. ولاستخدام التصريح يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 5 غرامات من هيدروكسيروبيل ميثيل السيليلوز كجزء من الوجبة. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاختناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
إنزيم اللاكتيز Lactase enzyme	يحسن إنزيم اللاكتيز هضم اللاكتوز عند الأشخاص الذين لديهم صعوبة في هضم اللاكتوز.	يسمح باستخدام التصريح فقط لمكملات غذائية ذات جرعة 4500 وحدة FCC على الأقل مع إرشادات إلى السكان المستهدفين باستهلاكها مع كل وجبة تحتوي على اللاكتوز. يجب اعلام السكان المستهدفين أن التسامح بالنسبة للاكتوز متغير وان عليهم اخذ المشورة فيما يتعلق بدور هذه المادة في نظامهم الغذائي.
لاكتولوز Lactulose	يساهم اللاكتولوز في تسريع العبور المعوي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لاغذية تحتوي على 10 غرامات من اللاكتولوز في حصة واحدة محددة كميًا. يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك حصة واحدة من 10 غرامات يوميًا من اللاكتوز.
حامض لاينولييك (LA) Linoleic acid	يساهم حامض لاينولييك في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لاغذية توفر 1.5 غرام على الأقل من حامض لاينولييك لكل 100 غرام ولكل 100 كيلوسعر. يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 10 غرامات من حامض لاينولييك يوميًا.
مستزعات اللبن الحية Live yoghurt cultures	تحسن المستزعات الحية في اللبن او الحليب المخمر هضم لاكتوز المنتج عند الأشخاص الذين لديهم صعوبة في هضم اللاكتوز.	لاستخدام التصريح، يجب أن يحتوي اللبن أو الحليب المتخمّر على $10^8$ CFU كائن دقيق بادئ حي على الأقل (Streptococcus thermophilus و Lactobacillus delbrueckii subsp. Bulgaricus) لكل غرام.
بديل وجبة لضبط الوزن Meal replacement for weight control	تساهم الاستعاضة عن وجبة يومية واحدة في نظام غذائي محدود الطاقة بديل وجبة لضبط الوزن في الحفاظ على الوزن بعد فقدانه.	لاستخدام التصريح، يجب ان يطابق غذاء ما المتطلبات الواردة في التعليمات الفنية الالزامية الخاصة بالاغذية المعدة للاستخدام في انظمة غذائية محدودة الطاقة <sup>(4)</sup> والسارية على المنتجات المعروضة كبديل عن وجبة أو أكثر من وجبات النظام الغذائي اليومي. ولتحقيق التأثير المصرح به، يجب الاستعاضة عن وجبة واحدة ببديل وجبة يوميًا.

(4) هذه التعليمات في طور الاعداد، والى حين صدورهما، يجب الرجوع الى لجنة التعليمات الفنية الالزامية.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
بديل وجبة لضبط الوزن Meal replacement for weight control	تساهم الاستعاضة عن وجبتين يوميتين في نظام غذائي محدد الطاقة ببدائل وجبات لضبط الوزن في فقدان الوزن.	لاستخدام التصريح، يجب ان يطابق غذاء ما المتطلبات الواردة في التعليمات الفنية الالزامية الخاصة بالاغذية المعدة للاستخدام في انظمة غذائية محدودة الطاقة والسارية على المنتجات المعروضة كبديل عن وجبة أو أكثر من وجبات النظام الغذائي اليومي. ولتحقيق التأثير المصرح به، يجب الاستعاضة عن وجبتين ببدائل وجبات يومياً،
اللحم أو السمك Meat or fish	يساهم اللحم أو السمك في تحسين امتصاص الحديد عند تناوله مع أغذية أخرى تحتوي على الحديد.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 50 غرام من اللحم أو السمك في حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 50 غرام من اللحم أو السمك سوية مع أغذية تحتوي على الحديد.
الميلاتونين Melatonin	تساهم الميلاتونين في التخفيف من حدة المشاعر الشخصية المصاحبة لاعراض السفر السريع (Jetlag).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 0.5 مليغرام من الميلاتونين لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي بتناول 0.5 مليغرام على الاقل قبل النوم ابتداءً من اليوم الاول للسفر وفي الايام القليلة التالية بعد الوصول إلى الوجهة.
الميلاتونين Melatonin	تساهم الميلاتونين في التقليل من الوقت المطلوب للاستغراق في النوم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 1 مليغرام من الميلاتونين لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي بتناول 1 مليغرام على الاقل قبل النوم.
موناكوس بيربوريوس (أرز الخميرة الحمراء) Monascus purpureous (red yeast rice)	تساهم موناكولين كيه (Monacolin K) المشتقة من أرز الخميرة الحمراء في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك 10 مليغرامات يوميًا من موناكولين كيه المشتقة من أرز الخميرة الحمراء. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 10 مليغرامات يوميًا من موناكولين كيه المشتقة من مستحضرات مخمرة لأرز الخميرة الحمراء.
الأحماض الدهنية الأحادية و/أو المتعددة غير المشبعة. Monounsaturated and/or polyunsaturated fatty acids	يساهم الاستعاضة عن الدهون المشبعة بالدهون غير المشبعة في النظام الغذائي في الحفاظ على مستويات طبيعية للكوليسترول. (الأحماض الدهنية الأحادية و/أو المتعددة غير المشبعة هي دهون غير مشبعة).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر غنية بالأحماض الدهنية غير المشبعة كما ورد في التصريح غني بالدهون غير المشبعة في ملحق (1).

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
ألياف حبوب الشوفان Oat grain fibre	تساهم ألياف حبوب الشوفان في زيادة حجم البراز.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر غنية بتلك الألياف كما ورد في التصريح غني بالألياف في ملح (1).
حامض الأولييك Oleic acid	تساهم الاستعاضة عن الدهون المشبعة في النظام الغذائي بالدهون غير المشبعة في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم. (حامض الأولييك هو دهن غير مشبع).	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر غنية بالأحماض الدهنية غير المشبعة كما ورد في التصريح "غني بالدهون غير المشبعة" في ملح (1).
بوليفينولات زيت الزيتون Olive oil polyphenols	تساهم بوليفينولات زيت الزيتون في حماية دهون الدم من الاجهاد التأكسدي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لزيت الزيتون الذي يحتوي على ما لا يقل عن 5 مليغرامات من مادة هيدروكسيثايروسول ومشتقاتها مثل Oleuropein complex و Tyrosol لكل 20 غرام زيت زيتون. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك أن الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 20 غرام يوميا من زيت الزيتون.
البكتينات Pectins	يساهم استهلاك البكتينات مع اي وجبة في التقليل من ارتفاع جلوكوز الدم بعد تلك الوجبة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تحتوي على 10 غرامات من البكتينات لكل حصة محددة كميًا. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 10 غرامات من البكتينات كجزء من الوجبة. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاحتناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.
البكتينات Pectins	تساهم البكتينات في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك 6 غرامات يوميا من البكتينات. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 6 غرامات يوميا من البكتينات. كما يجب تحذير الأشخاص من خطر الاحتناق اذا كان لديهم صعوبات في البلع او اذا استهلكوا المادة دون كمية كافية من السوائل وارشادهم بضرورة اخذ الكثير من الماء لضمان وصول المادة إلى المعدة.
الستيرولات والستانولات النباتية Plant sterols and plant stanols	تساهم الستيرولات والستانولات النباتية في الحفاظ على مستويات طبيعية لكوليسترول الدم.	لاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك بأن الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 0.8 غرام يوميا من الستيرولات والستانولات النباتية.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
البروتين Protein	يساهم البروتين في نمو الكتلة العضلية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للبروتين كما ورد في التصريح مصدر للبروتين في ملحق (1).
البروتين Protein	يساهم البروتين في الحفاظ على الكتلة العضلية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للبروتين كما ورد في التصريح مصدر للبروتين في ملحق (1).
البروتين Protein	يساهم البروتين في الحفاظ على العظام الطبيعية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر على الأقل مصدرا للبروتين كما ورد في التصريح مصدر للبروتين في ملحق (1).
النشا المقاوم للهضم Resistant starch	تساهم الاستعاضة عن النشويات القابلة للهضم بالنشا المقاوم للهضم في وجبة في التقليل من ارتفاع جلوكوز الدم بعد تلك الوجبة.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تم الاستعاضة عن النشويات القابلة للهضم فيها بالنشا المقاوم للهضم بحيث لا يقل المحتوى النهائي من النشا المقاوم للهضم عن 14% من النشا الكلي.
ألياف الشيلم Rye fibre	تساهم ألياف الشيلم في أداء طبيعي للأمعاء.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر غنية بألياف الشيلم كما ورد في التصريح غني بالألياف في ملحق (1).
السكريات البديلة وهي: المحليات القوية والزايليتول والسوربيتول والمانيتول والمالتيتول واللاكتيتول والايزومالت والإريثريتول والسكرالوز والبوليديكستروز ودي-تاجاتوز والايزومالتولوز.	يساهم استهلاك أغذية مشروبات تحتوي على >اسم السكر البديل< بدلاً من السكر في الحفاظ على تمعدن الأسنان. وفي حالة دي-تاجاتوز والايزومالتولوز، فيجب استعمال "السكريات الأخرى".	لاستخدام التصريح، يجب الاستعاضة عن السكريات في الأغذية أو المشروبات (التي تقلل من درجة حموضة الترسبات لأقل من 5.7) بالسكريات البديلة وهي: المحليات القوية أو الزايليتول أو السوربيتول أو المانيتول أو المالتيتول أو اللاكتيتول أو الإريثريتول أو دي-تاجاتوز أو الأيزومالتولوز أو السكرالوز أو البوليديكستروز، أو أي تركيبة منها، شريطة أن لا تعمل الكميات المستخدمة على تقليل درجة حموضة الترسبات لأقل من 5.7 طول 30 دقيقة من بعد استهلاك مثل هذه الأغذية أو المشروبات.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
السكريات البديلة وهي: المحليات القوية والزيليتول والسوربيتول والمانيتول والمالتيتول واللاكتيتول والايزومالت والإريثريتول والسكرالوز والبوليديكستروز ودي-تاجاتوز والايزومالتولوز. Sugar replacers, i.e. intense sweeteners; xylitol, sorbitol, mannitol, maltitol, lactitol, isomalt, erythritol, sucralose and polydextrose; D-tagatose and isomaltulose	يساهم استهلاك أغذية مشروبات تحتوي على > اسم بديل السكر < بدلاً من السكر في ارتفاع اقل لجلوكوز الدم بعد استهلاكها مقارنة بأغذية مشروبات تحتوي على السكر .	لاستخدام التصريح، يجب الاستعاضة عن السكريات في الأغذية أو المشروبات بالسكريات البديلة وهي: المحليات القوية أو الزيليتول أو السوربيتول أو المانيتول أو المالتيتول أو اللاكتيتول أو اليزومالت أو الإريثريتول أو السكرالوز أو البوليديكستروز، أو أي تركيبة منها، شريطة أن تحتوي الأغذية أو المشروبات على كميات مخفضة من السكريات تعادل على الأقل الكمية المذكورة في التصريح [اسم المغذي] مخفض في ملحق (1). وفي حالة دي-تاجاتوز والايزومالتولوز، فيجب أن تستبدل كميات مكافئة من السكريات الأخرى بنفس النسب المذكورة في التصريح [اسم المغذي] مخفض في ملحق (1).
العلكة الخالية من السكر Sugar-free chewing gum	تساهم العلكة الخالية من السكر في الحفاظ على تمعدن الأسنان.	يسمح باستخدام التصريح فقط للعلكة التي تلبى شروط استخدام التصريح خال من السكريات في ملحق (1). يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي بمضغ 20 دقيقة على الأقل بعد الأكل أو الشرب.
العلكة الخالية من السكر Sugar-free chewing gum	تساهم العلكة الخالية من السكر في معادلة أحماض طبقة البلاك.	يسمح باستخدام التصريح فقط للعلكة التي تلبى شروط استخدام التصريح خال من السكريات في ملحق (1). يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي بمضغ 20 دقيقة على الأقل بعد الأكل أو الشرب.
العلكة الخالية من السكر Sugar-free chewing gum	تساهم العلكة الخالية من السكر في التقليل من جفاف الفم.	يسمح باستخدام التصريح فقط للعلكة التي تلبى شروط استخدام التصريح خال من السكريات في ملحق (1). يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستخدام العلكة عند الشعور بجفاف الفم.
العلكة الخالية من السكر مع الكارباميد (اليوريا) Sugar-free chewing gum with carbamide	العلكة الخالية من السكر مع الكارباميد أكثر فعالية في تقليل أحماض طبقة البلاك من العلكة الخالية من السكر بدون الكارباميد.	يسمح باستخدام التصريح فقط للعلكة التي تلبى شروط استخدام التصريح خال من السكريات في ملحق (1). لا استخدام التصريح، يجب ان لا يقل محتوى كل قطعة من العلكة الخالية من السكر عن 20 مليغرام من الكارباميد. كما يجب اعلام المستهلك بان لا تقل مدة المضغ عن 20 دقيقة بعد الأكل أو الشرب.
الجوز Walnuts	يساهم الجوز في تحسين مرونة الأوعية الدموية.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك يومي 30 غرام من الجوز. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي من استهلاك 30 غرام من الجوز يوميا.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
المياه Water	يساهم الماء في الحفاظ على أداء بدني ومعرفي (ادراكي) طبيعي.	لاستخدام التصريح ، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على التأثير المصرح به يأتي من استهلاك 2 لتر على الأقل يوميا من المياه من جميع المصادر. يسمح باستخدام التصريح فقط مع المياه التي تلبى متطلبات التعليمات الفنية الالزامية 26-2010 الخاصة بالمياه المعدة للاستهلاك الأدمي واول التعليمات الفنية الالزامية 28-2010 الخاصة باستغلال وتسويق المياه الطبيعية المعدنية.
المياه Water	يساهم الماء في الحفاظ على تنظيم طبيعي لدرجة حرارة الجسم.	لاستخدام التصريح ، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على التأثير المصرح به يأتي من استهلاك 2 لتر على الأقل يوميا من المياه من جميع المصادر. يسمح باستخدام التصريح فقط مع المياه التي تلبى متطلبات التعليمات الفنية الالزامية 26-2010 الخاصة بالمياه المعدة للاستهلاك الأدمي واول التعليمات الفنية الالزامية 28-2010 الخاصة باستغلال وتسويق المياه الطبيعية المعدنية.
ألياف نخالة القمح Wheat bran fibre	تساهم ألياف نخالة القمح في تسريع العبور المعوي.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر غنية بألياف نخالة القمح كما ورد في التصريح غني بالألياف في ملحق (1). يجب اعلام المستهلك ان الحصول على التأثير المصرح به يأتي من استهلاك 10 غرامات على الأقل يوميا من ألياف نخالة القمح.
ألياف نخالة القمح Wheat bran fibre	تساهم ألياف نخالة القمح في زيادة حجم البراز.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية تعتبر غنية بألياف نخالة القمح كما ورد في التصريح غني بالألياف في ملحق (1).
ألفا-سايكلوديكسترين Alpha-cyclodextrin	يساهم استهلاك ألفا سايكلوديكسترين كجزء من وجبة تحتوي على النشا في التقليل من ارتفاع جلوكوز الدم بعد تلك الوجبة.	يسمح باستخدام التصريح لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 5 غرامات من ألفا-سايكلوديكسترين لكل 50 غرام من النشا في حصة محددة كمي كجزء من الوجبة. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك ألفا-سايكلوديكسترين كجزء من الوجبة.

المغذي   المادة   الغذاء   الفئة الغذائية	التصريح	شروط أو قيود استخدام التصريح
الفركتوز Fructose	يؤدي استهلاك أغذية تحتوي على الفركتوز إلى تقليل الارتفاع في سكر الدم مقارنة بأغذية تحتوي على السكروز أو الجلوكوز.	لاستخدام التصريح، يجب الاستعاضة عن الجلوكوز وأو السكروز في الأغذية المحلاة بالسكر أو المشروبات بسكر الفركتوز شريطة أن الانخفاض في المحتوى من الجلوكوز وأو السكروز في هذه الأغذية أو المشروبات هو 30% على الأقل.
البرقوق المجفف من أصناف الفصيلة البرقوقية ( <i>Prunus domestica</i> L.) Dried plums of 'prune' cultivars ( <i>Prunus domestica</i> L.)	يساهم البرقوق المجفف في أداء طبيعي للأمعاء.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية توفر استهلاك 100 غرام يوميا من البرقوق المجفف. ولاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 100 غرام يوميا من البرقوق المجفف.
الكربوهيدرات Carbohydrates	تساهم الكربوهيدرات في الحفاظ على أداء طبيعي للدماغ.	لاستخدام التصريح، يجب اعلام المستهلك ان الحصول على تأثير مفيد يأتي باستهلاك 130 غرام يوميا من الكربوهيدرات من جميع المصادر. ويسمح باستخدام التصريح لأغذية تحتوي على ما لا يقل عن 20 غرام من الكربوهيدرات التي يستطيع الانسان أيضا (باستثناء الكحول عديدة الهيدروكسيل (Polyols)) في حصة محددة كميًا، وتلبي شروط أحد التصريحين التغذويين "سكريات منخفضة" أو "دون اضافة سكريات" في ملحق (1). لا يجوز استخدام التصريح لأغذية سكرية 100%.
ألياف البنجر السكري Sugar beet fibre	تساهم ألياف البنجر السكري في زيادة حجم البراز.	يسمح باستخدام التصريح فقط لأغذية غنية بتلك الألياف كما ورد في التصريح غني بالألياف في ملحق (1).