



СИГУРНОСТ ВСЕКИ ДЕН

БЪЛГАРСКА АГЕНЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТ НА ХРАНИТЕ
ЦЕНТЪР ЗА ОЦЕНКА НА РИСКА

✉ гр. София, 1606, бул. "Пенчо Славейков" № 15А
☎ +359 (0) 2 915 98 20, 📠 +359 (0) 2 954 95 93, www.babh.government.bg

ДОБАВКИТЕ В ХРАНИТЕ

Какво представляват добавките в храните?

Добавки в храни са вещества, влагани в храните за постигане на определена технологична цел - като консерванти, оцветители, емулгатори, подсладители, и др. Законодателството на Европейския съюз (ЕС) ги определя като *"всяко вещество, което обикновено не се консумира самостоятелно като храна и не се използва като характерна съставка на храните, независимо дали притежава хранителна стойност или не, и чието целенасочено влагане с технологична цел в храни на етапа на тяхното производство, преработка, приготвяне, обработка, опаковане, транспортиране или съхранение води или може да се счита, че води, до прякото или непряко превръщане на това вещество или на вторичните му продукти в съставна част на тези храни"*. Основните законодателни изисквания по отношение на добавките в храните, условията за употреба и етикетиране са установени в Регламент (ЕО) № 1333/2008 на Европейския парламент и на Съвета от 16 декември 2008 година относно добавките в храните.

Съществува и още една категория, т. нар. „**хранителни добавки**“, която е различна от горе-посочените добавки в храните, но често е повод за грешно разбиране поради сходството в двете понятия. *Хранителни добавки означават храни, които са предназначени да допълват нормалния хранителен режим и които представляват концентрирани източници на хранителни вещества (витамини и минерали) или други вещества с хранителен или физиологичен ефект. Тези вещества, самостоятелно или в комбинация, са дозирани под формата на капсули, дражета, таблетки, хапчета, пакетчета с прах, ампули, шишенца с капкомери и други подобни форми на течности и прахове, които са предназначени да се приемат в малки премерени количества.* Тази категория – хранителните добавки, не са обект на настоящия материал.

За какво са използват добавките?

Добавки може да се използват в храните за различни цели. Регламентирани са 26 основни **"технологични цели"** и в зависимост от тях добавките биват:

1. **„ПОДСЛАДИТЕЛИ“** - вещества, използвани за придаване на сладък вкус на храните или като трапезни подсладители.

2. **„ОЦВЕТТЕЛИ“** - вещества, подсилващи или възстановяващи цвета на храната и включващи естествени съставки на храни и естествени източници, които обикновено не се консумират като храни, и обикновено не се използват като характерни съставки на храната. Препарати, получени от храни и други естествени, приложими за хранителни цели изходни материали, получени посредством физична и/или химична екстракция, водеща до селективна екстракция на пигментите по отношение на хранителните или ароматните съставки, са оцветители.

3. **„КОНСЕРВАНТИ“** - вещества, които удължават срока на съхранение на храните, като ги предпазват от разваляне, причинено от микроорганизми и/или ги предпазват от развитие на патогенни микроорганизми.

4. **„АНТИОКСИДАНТИ“** - вещества, които удължават срока на годност на храните, като ги предпазват от развала, причинена от окисление, като например гранясването на мазнините и промените в цвета.

5. **„НОСИТЕЛИ“** - вещества, които се използват за разтваряне, разреждане, разпръскване или друго физическо изменение на добавка в храната или ароматизант, ензим в храната, хранително и/или друго вещество, добавено към храната с хранителни или физиологични цели, без да променят технологичната им функция (и без самите те да имат технологично въздействие), за да улеснят тяхната обработка, приложение или употреба.

6. **„КИСЕЛИНИ“** - вещества, които повишават киселинността на храната и/или ѝ придават кисел вкус.

7. **„РЕГУЛАТОРИ НА КИСЕЛИННОСТТА“** - вещества, които променят или контролират киселинността или алкалността на храната.

8. **„АНТИСЛЕПВАЩИ АГЕНТИ“** - вещества, които намаляват склонността на отделните частици на дадена храна да се слепват едни с други.

9. **„АНТИПЕНИТЕЛИ“** - вещества, които предотвратяват или намаляват образуването на пяна.

10. **„ПЪЛНИТЕЛИ“** - вещества, които увеличават обема на храната, без това да се отразява на енергийната ѝ стойност.

11. **„ЕМУЛГАТОРИ“** - вещества, които правят възможно образуването или поддържането на хомогенна смес от две или повече несмесими фази като олио и вода в храната.

12. **„ЕМУЛГАТОРНИ СОЛИ“** - вещества, които превръщат в дисперсна форма протеините, съдържащи се в сиренето, като по този начин постигат хомогенно разпределение на мазнината и другите съставки.

13. **„ВТВЪРДИТЕЛИ“** - вещества, които правят или поддържат тъканите на плодовете и зеленчуците твърди или хрупкави, или взаимодействат с желиращите агенти за образуване или стягане на желе.

14. **„ОВКУСИТЕЛИ“** - вещества, които подсилват съществуващия вкус и/или аромат на храната.

15. **„ПЕНООБРАЗОВАТЕЛИ“** - вещества, които спомагат за образуването на хомогенна дисперсия на газообразната фаза в течна или твърда храна.

16. **„ЖЕЛИРАЩИ АГЕНТИ“** - вещества, които придават консистенция на храната чрез образуване на желе.

17. **„ГЛАЗИРАЩИ АГЕНТИ“** (включително лубриканти) - вещества, които, приложени към външната повърхност на храната, ѝ придават лъскав вид или образуват предпазно покритие.

18. **„ВЛАГОЗАДЪРЖАЩИ АГЕНТИ“** - вещества, които предпазват храната от изсушаване, като я предпазват от въздействието на въздух с ниска влажност или подпомагат разтварянето на прахообразен материал във водна среда.

19. **„МОДИФИЦИРАНИ НИШЕСТЕТА“** - вещества, получени чрез една или повече химически обработки на хранителни нишестета, които може да са преминали през физическо или ензимно третиране и могат да бъдат киселинно или алкално втечнени или избелени.

20. **„ОПАКОВЪЧНИ ГАЗОВЕ“** - газове, различни от въздух, въвеждани в опаковката преди, по време на или след поставяне на храната в нея.

21. **„ПРОПЕЛЕНТИ“** са газове, различни от въздух, които изтласкват храната от опаковката ѝ.

22. **„НАБУХВАТЕЛИ“** - вещества или комбинации от вещества, които отделят газ и по този начин увеличават обема на тестото за печене или паниране.

23. **„КОМПЛЕКСООБРАЗУВАТЕЛИ“** - вещества, които образуват химически комплекси с метални йони.

24. **„СТАБИЛИЗАТОРИ“** - вещества, които създават възможност да се поддържа физико-химичното състояние на дадена храна. Стабилизаторите включват вещества, които създават възможност за поддържане на хомогенна дисперсия от две или повече несмесващи се вещества в дадена храна, вещества, които стабилизират, задържат или подсилват съществуващия цвят на дадена храна и вещества, които увеличават свързващата способност на храната, включително образуването на връзки между протеините, даващи възможност за свързване на частите, от които е съставена храната, в резултат на което се получава възстановена храна.

25. **„СГЪСТИТЕЛИ“** - вещества, които увеличават вискозитета на храната.

26. **„АГЕНТИ ЗА ОБРАБОТКА НА БРАШНА“** - вещества, различни от емулгаторите, които се влагат в брашно или тесто, за да подобрят хлебопекарните му качества.

Какви са законодателните изисквания по отношение на добавките, ензимите и ароматизантите предназначени за влагане в храните?

Основните регламенти на Европейското Законодателство по отношение на добавките, ензимите и ароматизантите са:

Регламент (ЕО) № 1333/2008 на Европейския парламент и на Съвета от 16 декември 2008 година по отношение на добавките в храните, и неговите изменения:

Регламент (ЕС) № 1129/2011 на Комисията от 11 ноември 2011 година за изменение на приложение II към Регламент (ЕО) № 1333/2008 на Европейския парламент и на Съвета посредством създаване на списък на Съюза на добавките в храните

Регламент (ЕС) № 1130/2011 на Комисията от 11 ноември 2011 година за изменение на приложение III към Регламент (ЕО) № 1333/2008 на Европейския

парламент и на Съвета относно добавките в храните посредством създаване на списък на Съюза на добавките в храните, одобрени за употреба в добавки в храните, ензими в храните, ароматизанти в храните и хранителни вещества

Регламент (ЕС) № 1131/2011 на Комисията от 11 ноември 2011 година за изменение на приложение II към Регламент (ЕО) № 1333/2008 на Европейския парламент и на Съвета по отношение на стевиол гликозидите

Регламент (ЕО) № 1332/2008 на Европейския парламент и на Съвета от 16 декември 2008 г. относно ензимите в храните

Регламент(ЕО) № 1334/2008 на Европейския парламент и на Съвета от 16 декември 2008 г. относно ароматизантите в храни и определени хранителни съставки с ароматични свойства за влагане във или върху храни.

Основните изисквания, за да бъде разрешено използването на дадена добавка, ароматизант или ензим в храните са установени с **Регламент (ЕО) № 1331/2008** на Европейския парламент и на Съвета от 16 декември 2008 г. за установяване на обща разрешителна процедура за добавките в храните, ензимите в храните и ароматизантите в храните.

Основен принципа на законодателната рамка е, че *само тези добавки, които са разрешени и включени в общностния списък могат да се влагат в храните, като повечето добавки, могат да бъдат използвани в определени количества и то в определени храни.* Ако не са предвидени количествени ограничения за използване на дадена добавка, тя следва да се използва съгласно добрата производствена практика, т.е. само толкова, колкото е необходимо за постигане на желаня технологичен ефект. Оценката за безопасността на добавките се осъществява от Европейския орган по безопасност на храните (EFSA). До декември 2020г. EFSA трябва да извърши преоценка на всички добавки в храните, които са разрешени за употреба от преди 20 януари 2009г.

Само добавките в храните, включени в общностния списък в приложение II от Регламент (ЕО) № 1333/2008, могат да бъдат пуснати на пазара като такива и да бъдат използвани в храните при посочените в приложението условия за употреба. В приложение III на същия регламент са включени добавките, които могат да бъдат използвани в добавки в храните, ензими в храните и ароматизанти в храните при посочените в приложението условия за употреба. Списъкът с добавките в храните в приложение II се изготвя на базата на категориите храни, към които те могат да бъдат добавени.

Включването на дадена добавка към Списъка на Общността се осъществява на база:

- **Оценка на нейната безопасност;**
- **Технологичната необходимост за употребата ѝ;**
- **Ако употребата на добавката не заблуждава потребителя.**

Регламент (ЕС) № 1333/2008 установява правилата по отношение на добавките в храните: дефинициите, условията на употреба, етикетирването, процедурите и изграждането на списъците от разрешените за употреба добавки – Приложения I и II.

Той заменя следните предходни директиви - **Директива 89/107/ЕЕС**; **Директива 94/35/ЕС** (за подсладители), **Директива 94/36/ЕС** (за оцветители), **Директива 95/2/ЕС** (за добавки, различни от оцветители и подсладители). След проверка за съответствие с условията за употреба списъците от старите директиви се включват в Приложения I и II на Регламент ЕС 1333/2008, заедно с категориите храни, към които те могат да бъдат добавяни.

В българското законодателство добавките в храни се регламентират от НАРЕДБА № 8 ОТ 16 АПРИЛ 2002 г. за изискванията към използване на добавки в храните.

Безопасни ли са добавките в храните?

Безопасността на всички добавки, които са разрешени за употреба в храните е оценена от Научния комитет по храните и/или от Европейския орган за безопасност на храните (EFSA). Само добавките, които са оценени и е установена тяхната безопасност, са включени в списъка на ЕС.

Тъй като повечето от оценките датират от 80-те и 90-те години, някои дори до 70-те години, е необходимо те повторно да бъдат преоценени от EFSA. **Повторната оценка предстои да бъде завършена до 2020 година.** Въз основа на съветите на EFSA, Комисията може да предложи преразглеждане на настоящите условия за използването на добавките и ако е необходимо дори да бъде премахната дадена добавка от списъка с разрешените за употреба добавки.

В резултат на програмата за преоценка до момента, условията на употреба за три от оцветителите е ревизирана, тъй като EFSA определя по-ниска стойност на тяхната **допустимата дневна доза (ДДД)** и счита, че експозицията на консуматорите на тези оцветители е възможно да бъде прекалено висока. Поради това, максималните нива на тези оцветители, които могат да бъдат използвани в храните, са понижени. Това се отнася до Е 104 Хинолин жълто, Е 110 Сънсет жълто и Е 124 Понсо 4R.

Как се оценява безопасността на добавките?

EFSA оценява безопасността на добавките в храните. Веществата се оценяват въз основа на досие, което обикновено се осигурява от заявителя (най-често производителя или потенциален потребител на добавката). Това досие трябва да съдържа химическата идентификация на добавката, производствения процес, методите за анализи и процесите на взаимодействие и поведението на добавката в съответната храна, в случай на необходимост, също и предложените употреби и токсикологичните данни.

Токсикологичните данни, трябва да съдържат информация за метаболизъм, субхронична и хронична токсичност, канцерогенност, генотоксичност, токсичност спрямо репродуктивната система и развитието, когато се налага могат да бъдат включени и други токсикологични проучвания. Въз основа на тези данни, EFSA **определя ниво на прием, под което не се установява риск за здравето на консуматорите - така наречената допустимата дневна доза (ДДД).** В същото време, въз основа на предложените употреби в различните групи храни EFSA оценява дали

стойността на ДДД може да бъде превишена при консумацията на тези храни. В случай, че не се очаква ДДД да бъде превишавана, употребата на добавката се счита за безопасна.

Възможно ли е да се консумират добавки при опасно високи нива?

Когато EFSA оценява възможната експозиция на добавките, тя отчита максималното заявено ниво на употреба в различните храни. Освен това EFSA приема, че дневно се консумират големи количества от тези храни. Само когато така отчетената експозиция от различните храни остава под ДДД, EFSA счита, че предложената употреба на добавката е безопасна. Ако ДДД е надвишена, Европейската Комисия може да реши да се ограничи използването на добавката или да не я разреши изобщо.

Какви са условията за разрешаване на добавките?

Една добавка може да бъде разрешена само ако употребата ѝ отговаря на следните условия:

- **тя не представлява (въз основа на наличните научни доказателства) риск за здравето на потребителя при нивото на предлаганата употреба;**
- **налице е обоснована технологична нужда, която не може да бъде постигната с други средства;**
- **употребата ѝ не подвежда и осигурява ползи за потребителите.**

При разрешаване на добавки, могат да бъдат отчитани и други значими фактори - традиции, околна среда и др.

Какви са ползите за потребителя?

Законодателството на ЕС предвижда, че добавките, трябва да имат предимства и ползи за потребителя. Следователно, те трябва да служат на една или повече от следните цели:

- запазване на хранителните качества на храната;
- осигуряване на необходимите съставки или компоненти при производството на храни, предназначени за групи консуматори със специални диетични нужди;
- подобряване на качеството при съхранение или стабилността на дадена храна или да подобрява органолептичните ѝ свойства, при условие, че потребителят не се въвежда в заблуждение;
- помощ за производството, преработката, подготовката, третирането, опаковането, транспорта или съхранението на храната, включително добавки, ензими и ароматични вещества за храни, при условие, че добавката не се използва за прикриване на неизправни суровини или покриване на нехигиенични практики.

Може ли всяко вещество да се използва като добавка в храните?

Само добавки, които са включени в законодателството на ЕС могат да се добавят към храната и това може да стане само при определени условия.

Добавки, които не предизвикват опасения от токсикологична гледна точка могат да се добавят в почти всички преработени храни. Примери за такива добавки са: калциев карбонат (E 170), млечна киселина (E 270), лимонена киселина (E 330), пектини (E 440), мастни киселини (E 570) и азот (E 941).

За други добавки, употребата е по-ограничена, например:

- натамицин (E 235) може да се използва като консервант за повърхностна обработка на сирене и сушени колбаси
- ериторбатна киселина (E 315) може да се използва като антиоксидант само в някои месни и рибни продукти
- натриев фероцианид (E 535) може да се използва само като антислепващ агент в готварска сол и нейните заместители

Могат ли добавки да се използват във всички хранителни продукти?

В някои хранителни продукти, използването на добавки е силно ограничено. За непреработените храни като мляко, пресни плодове и зеленчуци, прясно месо само малък брой добавки са разрешени.

Колкото повече се преработва даден хранителен продукт, толкова повече добавки са разрешени и използвани. Сладкарските изделия, пикантни закуски, ароматизирани напитки и десерти са продукти, попадащи в тази категория на силно преработени храни, където много от добавките са разрешени за употреба.

Има ли списък на разрешените добавки?

Добавките, които са разрешени в хранителните продукти и условията за тяхната употреба, са изброени приложение II на Регламент (ЕО) № 1333/2008 относно добавките и съответните му изменения Регламент (ЕС) № 1129/2011 Регламент (ЕС) № 1130/2011 и Регламент (ЕС) № 1131/2011. Само добавки, които са в този списък, са разрешени при определените условия и нива на употреба. Добавките са регламентирани въз основа на категориите храни, към които те могат да се добавят.

Създадена е и база данни за разрешените добавки, която е на разположение в интернет: (https://webgate.ec.europa.eu/sanco_foods/?sector=FAD),

Чрез тази база данни потребителите или бизнес операторите може да разберат какви добавки са разрешени в определена храна.

Каква е процедурата за разрешаване на употребата на добавки?

Разрешителната процедура за добавките в храните, се определя от Регламент (ЕО) № 1331/2008.

Добавка обикновено се разрешава след подаване на заявление до Европейската комисия от заинтересованата страна. За нови добавки, Комисията ще поиска от EFSA

оценка на безопасността на веществото. След като EFSA е дала своето становище в рамките на девет месеца след искането, Комисията, заедно с експерти по добавки в храните от всички държави-членки, ще проучи възможностите за евентуално разрешение. Оценката за безопасност, технологична необходимост, възможностите за злоупотреба и предимствата и ползите за потребителя, се вземат под внимание. Ако се сметне за уместно, Комисията подготвя предложение за възможно разрешаване на добавката и го внася за гласуване в Постоянния комитет по хранителната верига и здравето на животните (SCoFCAH). Ако SCoFCAH подкрепя предложението, то ще бъде представено на Съвета и Европейския парламент. Те все още могат да го отхвърлят, в случай, че преценят, че разрешението не отговаря на условията на употреба, определени в законодателството на ЕС.

Как се информират потребителите за използването на добавки?

Добавките в храни, се етикетират съгласно правилата, определени в Директива 2000/13/ЕО. Те са съставки на храната и трябва да бъдат споменати в списъка на съставките. Вложените в храната добавки трябва да бъдат обозначени от името на функционалния им клас, последвано от тяхното специфично наименование или Е-номер. Например: "оцветител - куркумин" или "оцветител: E100". Този Е-номер се използва с цел опростяване на етикетирането на вещества, които понякога носят сложни химични наименования.

Класификация по Е-номер:

E100 - E199 – оцветители (влагат се в сладки газирани напитки, лимонади, бонбони, близалки, сладоледи)

- E101 - E109 – жълти оцветители
- E110 – E119 – оцветители в оранжево
- E120 – E129 – червени оцветители
- E130 – E139 – оцветители в синьо и виолетово
- E140 – E149 – зелени оцветители
- E150 – E159 – оцветители в кафяво и черно
- E 160 – E199 – други оцветители

E200 - E299 – консерванти (влагат се във всякакъв вид консервирани храни – компоти, сладка, сокове, консерви)

- E200 – E209 – сорбати
- E210 – E219 – бензоати
- E220 – E229 – сулфити
- E230 – E239 – феноли и формиати
- E240 – E259 – нитрати
- E260 – E269 – ацетати
- E270 – E279 – лактати
- E280 – E289 – пропионати

E290 – E299 – други

E300 - E399 - антиоксиданти и киселинни регулатори (влагат се в млечно-кисели продукти, подсладени фруктови млека, десерти, колбаси, краве масло, шоколад)

E300 – E305 – аскорбати

E306 – E309 – токофероли (Витамин E)

E310 – E319 – галати и ериторбати

E320 – E329 – лактати

E330 – E339 – цитрати и тартарати

E340 – E349 – фосфати

E350 – E359 – малати и адипати

E360 – E369 – сукцинати и фумарати

E370 – E399 – други

E400 - E499 - сгъстителни, стабилизатори и емулгатори (влагат се в сладка, конфитюри, желета, кондензирани млека, шоколадови десерти, млечни продукти)

E400 – E409 – алгинати

E410 – E419 – натурални (природни) гуми

E420 – E429 – други натурални агенти

E430 – E439 – полиокситенови съединения

E440 – E449 – натурални емулгатори

E450 – E459 – фосфати

E460 – E469 – целулозни съединения

E470 – E489 – мастни киселини и техни съединения

E490 – E499 – други

E500 - E599 - киселинни регулатори и противовтвърдителни

E500 – E509 – минерални киселини и основи

E510 – E519 – хлориди и сулфати

E520 – E529 – сулфати и хидроксиди

E530 – E549 – съединения на алкалните метали

E550 – E559 – силикати

E570 – E579 – стеарати и глюконати

E580 – E599 – други

E600 - E699 – подобрители на вкуса

E620 – E629 – глутамати

E630 – E639 – инозинати

E640 – E649 – други

E700 – E799 - антибиотици

E800 – E899 – резерв

E900 – E909 – восъци

E910 – E919 – изкуствени глазури

E920 – E929 – подобрители
E930 – E949 – консервиращи (пакетиращи) газове
E950 - E969 – подсладители
E990 – E999 – пенители (пенообразуватели)
E1100 - E1599 - други добавки

Възможно ли е приготвянето на храни без добавки?

Възможно е да се приготви храна, без използването на никакви добавки. Не всички индустриално приготвени храни се нуждаят от добавки. Примери за това включват някои видове хляб, някои видове готови ястия, някои зърнени закуски и т.н. Дали добавки са необходими или не, зависи от производствения процес, използваните съставки, завършен вид, необходимото съхранение, необходимостта от защита срещу възможно развитието на вредни бактерии, вида на опаковката и др. От друга страна, струва си да се отбележи, че много хранителни продукти съдържат естествено срещащи се вещества, които са в същото време, разрешени като хранителни добавки. Например, в ябълките могат да се намерят рибофлавин (E 101), каротин (E 160a), антоцианини (E 163), оцетна киселина (E 260), аскорбинова киселина (E 300), лимонена киселина (E 330), винена киселина (E 334), янтарна киселина (E 363), глутаминова киселина (E 620) и L-цистеин (E 920).

Условията за одобрение на стевияловите гликозиди?

Стевиоловите гликозиди са подсладители, извлечени от листата на растението Стевия (*Stevia rebaudiana Bertoni*), което произхожда от Парагвай. В следствие на подадено заявление за тяхната употреба като подсладители, Европейската Комисия възлага на EFSA да оцени безопасността на тези вещества. В становището си от март 2010г., EFSA стига до заключението, че тези подсладители не са канцерогенни и генотоксични и не притежават токсични ефекти по отношение на репродуктивната система и развитието, и установява допустима дневна доза (ДДД) от 4 mg/kg телесно тегло / ден. При оценката на експозицията на стевияловите гликозиди е установено, че в някои случаи при възрастни и при деца, е вероятно ДДД да превиши максималните предложени нива на употреба. За да се гарантира, че експозицията е безопасна за потребителите, исканата употреба и нивата на употреба трябва да бъде преразгледана. Ето защо са проведени в следствие консултации между EFSA и заявителите с цел установяване на нива на употреба, които са безопасни и в същото време, които позволяват на продуктите да функционират като подсладители.

Използването на Стевия сега е разрешено за влагане при съответните безопасни нива за 31 различни категории храни, включително безалкохолни напитки, десерти, сладкарски изделия и трапезни подсладители.

Съществуват голям брой съобщения в медиите и Интернет за вредата от добавките или така наричаните още Е-та. В повечето случаи тези твърдения са пресилени и неоснователни и не са подкрепени от научни факти и доказателства. В

голяма част от храните и хранителните продукти употребата на добавките е необходима, защото правят храната ни по-привлекателна, предпазват от развитието на микроорганизми или подобряват вкусовите качества.

Важно е да се знае че, всички добавки, разрешени за употреба в ЕС се оценяват с оглед на тяхната безопасност. За тези, за които е необходимо се установяват максимално допустими нива или специфични ограничения за употребата им. Спазването на добрите практики в производствения процес, на европейските законодателни изисквания за съдържанието, чистотата и количествата на добавките, разрешени за влагане в храните, правилното етикетирание, без да се заблуждава потребителя гарантира безопасна употреба на добавките без риск за здравето на консуматорите. Важен фактор е и наличието на ефективен мониторинг и контрол на хранителните продукти, предлагани на пазара с цел да бъдат защитени потребителите от нерегламентирана употреба на добавки, а също и от заблуда по отношение на качеството и състава на предлаганите храни. Адекватното етикетирание на продуктите дава възможност за информиран избор, което съчетано с балансирано и разнообразно хранене без прекомерна консумация на определени напитки и храни дава гаранция за безопасно и здравословно хранене.